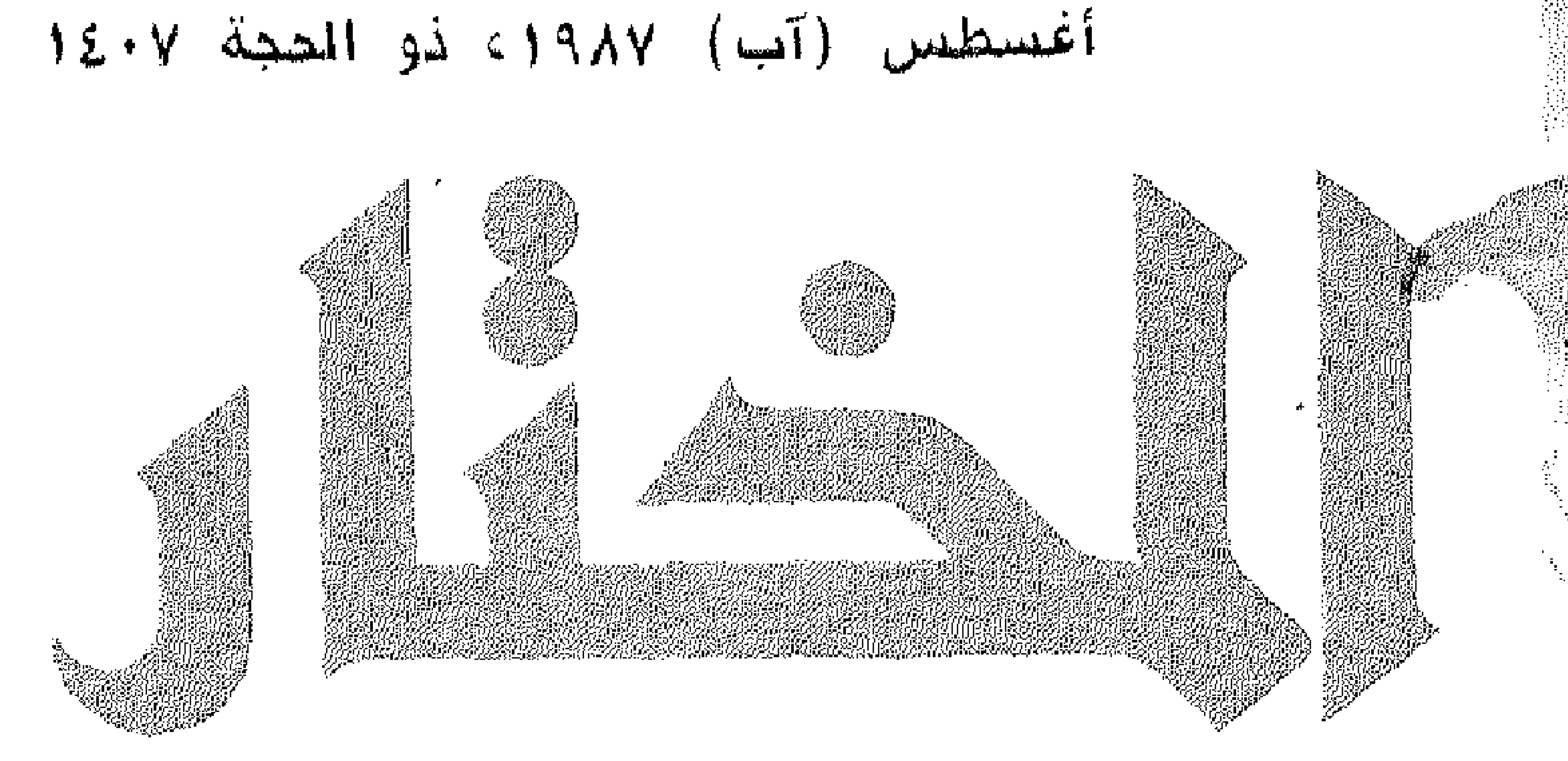
أغسطس (آب) ١٩٨٧، ذو الحجة ١٤٠٧





من ريدرز دايجست

AL MUKHTAR min Reader's Digest August '87 N° 105





اوسع المجلات انتشاراً في العالم

٣٩ طبعة، ١٥ لغة، ٢٨ مليون نسخة شهرياً



المختار
من ريدرز دايجست
مجلة شهرية

رئيس التحرير – المدير المسؤول: ادمون صعب.
امانة التحرير: راغدة حداد. الاخراج: جورج غالي. الخطوط: جبران مطر.

الامتياز: شركة النهار للمنشورات الدولية – باريس. الناشر: شركة "ايبراك" للمنشورات الدولية – بيروت.
رئيس مجلس الادارة – المدير العام: الدكتور لوسيان دحداح.
المدير العام المعاون: داني دحداح – باز.
التحرير والادارة: مركز ميرنا شالوحي، بولفار سن الفيل، ص.ب ٥٥٢٢٨ المتن الشمالي – لبنان.
الهاتف ٤٩١٦٣٠ – ٤٩٢٦٧٠ التلكس MUKTAR 44615 LE
الاعلانات: الشركة اللبنانية لادارة حصر الاعلانات انترناسيونال (راجع الصفحة ١٤٤)
الاشتراكات: فريال علاف، بناية الشرتوني، شارع المقدسي، ص.ب ٨٧٠٧ بيروت – لبنان.
الهاتف ٣٤٥٧٣١ – ٣٤٩٤٧٧ التلكس MUKTAR 44615 LE, MEM 22288 LE
الصف والتنفيذ: المطابع التعاونية الصحفية، شارع مصرف لبنان، بيروت.
الطباعة: المطبعة العربية، المدينة الصناعية – البوشرية، المتن الشمالي – لبنان.
التوزيع: الشركة اللبنانية لتوزيع الصحف والمطبوعات، بيروت.

AL MUKHTAR min Reader's Digest.



Editor-in-Chief: Edmond Saab.
Managing Director: Dany Dahdah-Baz.
Centre Myrna Chalouhi, Blvd. Sin el-Fil, P.O. Box 55228, El-Metn, Lebanon.
Tel: 492670 — 491630, Telex: MUKTAR 44615 LE.

MEMBRE INSCRIT A L'O.J.D.

August 87 N° 105 (New Series) Vol. 9

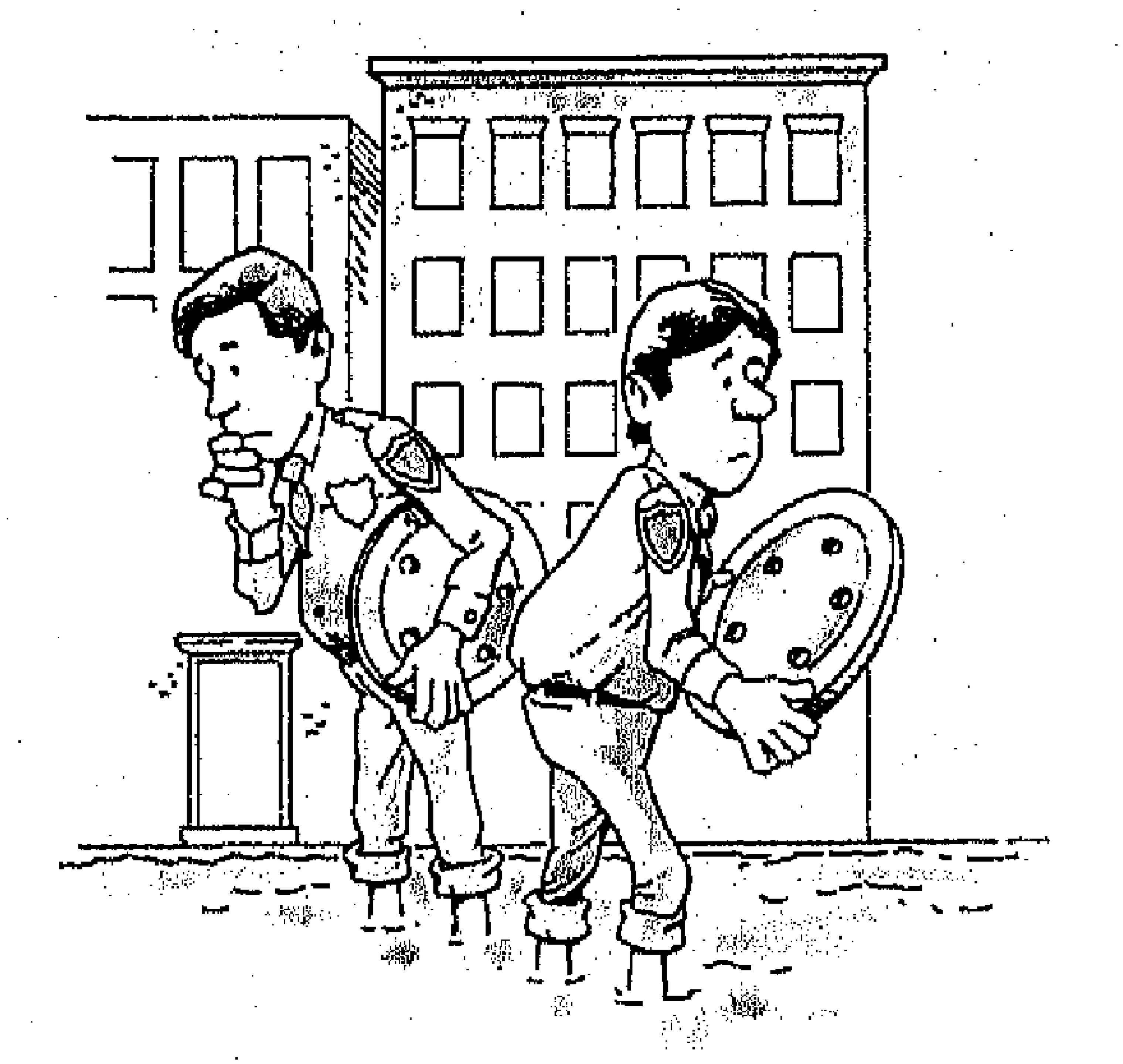
ريدرز دايجست
المؤسسان: دي ويت والاس وليلى اتشيسون والاس.
الطبعات الدولية

رئيس التحرير: كين غيلمور. مدير التحرير: جيريمي هـ. دول. المدير العام: جورج ف. غرون.

تنشر "ريدرز دايجست" في اللغة الانكليزية (الطبعات الامريكية، الكندية، البريطانية، الاوسترالية، النيوزيلندية، الافريقية الجنوبية، الهندية والآسيوية) وفي الفرنسية (الطبعات الفرنسية، الكندية، البلجيكية والسويسرية) وفي الاسبانية (الطبعات الامريكية اللاتينية والاسبانية) وفي البرتغالية والاسوجية والنروجية والدانمركية والفنلندية والالمانية (الطبعتين الالمانية والسويسرية) وفي الايطالية والهولندية (الطبعتين الهولندية والبلجيكية) والصينية والكورية والهندية، الى العربية.

ثمن العدد

نان ٢٠ل – سورية ١٠ل – الأردن ٧٠٠ف – الكويت ٧٠٠ف – الامارات العربية المتحدة ٩د – قطر ٨ر – البحرين ٨٠٠ف – سعودية ١٠ر – مصر ١ج – السودان ١ج – ليبيا ٥٠٠د – ج.ع. اليمنية ٥ر – مسقط ٨٠٠ب – العراق ٨٠٠ف – قبرص ٧٥ب – ونس ٦٠٠م – المغرب ٥د – الجزائر ٧د – فرنسا ١٠ف – انكلترا ١ج – اليونان ١٣٠د – كندا وامريكا الشمالية ٢،٥د





- إكتسب عادة النهوض باكراً، اذ ليس من الحكمة أن تستلقي طويلا على ظهرك ورأسك في مستوى قدميك.

هنري ديفيد ثورو، كاتب وعالم طبيعي أمريكي

- غالباً ما يسلك الاولاد في حياتهم الطريق التي توافق آراء آبائهم فيهم.

ليدي بيرد جونسون، زوجة الرئيس الامريكي الاسبق ليندون جونسون

- من المفيد أن نتوقف أحياناً في سعينا الى السعادة، ونكون سعداء فحسب.

ك.ب.

- لو كان تركيب الدماغ غير معقد بحيث يمكننا فهمه، لكنا محدودين عقلياً ومن البساطة بحيث يفوتنا فهم الدماغ.

أ.ب.

- التردد ينجي صاحبه في بعض الاحيان.

جايمس توربر، كاتب فكاهي ورسام كاريكاتوري امريكي

- العمل امر يمكنك الاعتماد عليه، وهو صديق تثق به ولا يتخلى عنك مدى الحياة.

مرغريت بورك وايت، مصورة أمريكية

- ان صوت تصادم الآراء هو صوت الحرية.

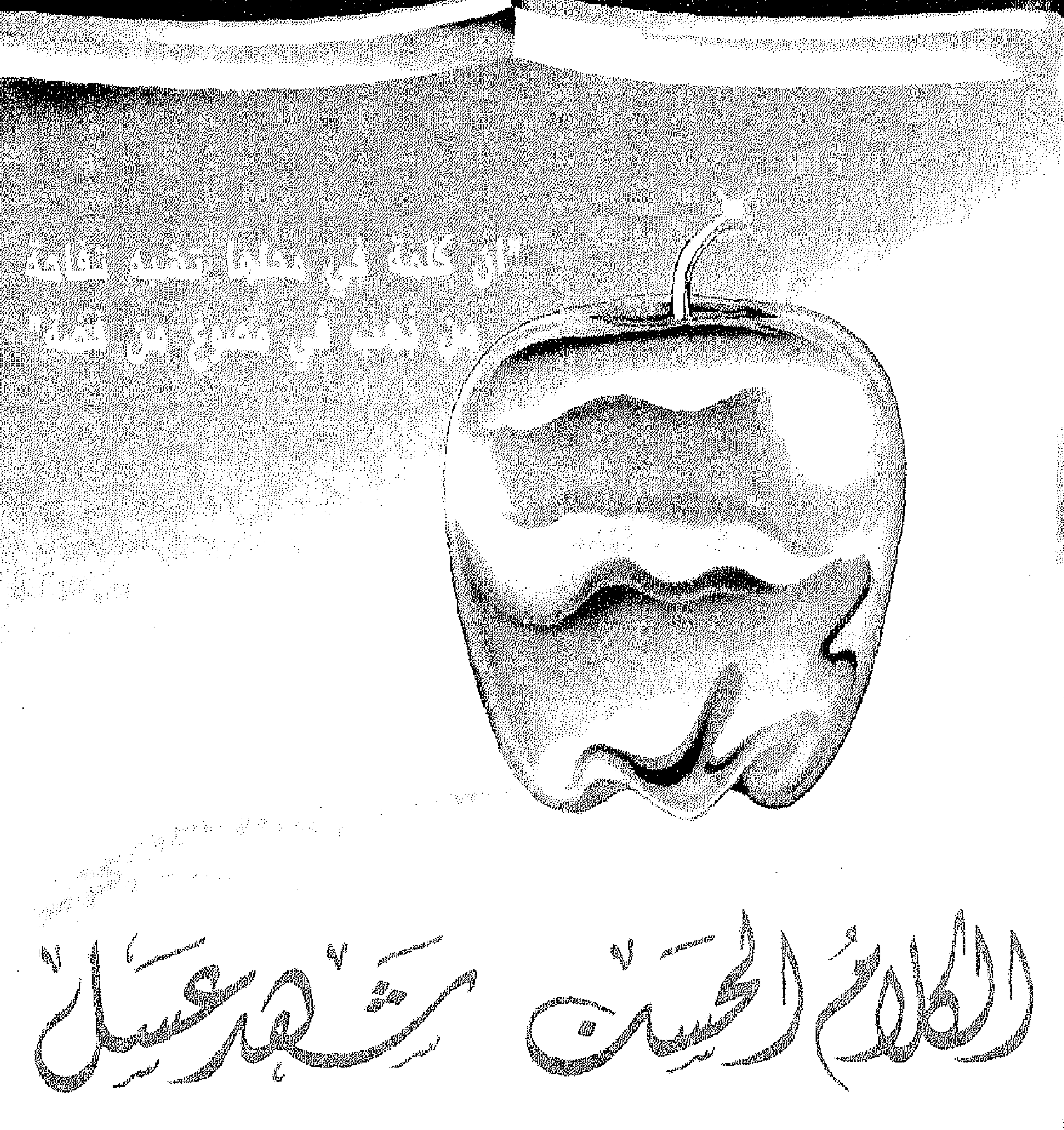
غ.س.

- الربيع رائع، يبعث فيك الشعور بأنك في سن الشباب ويمكنك أن تفعل كل الامور التي تعرف بحكمة عمرك أنك لا تقدر على فعلها.

ف.ب.ج.

- أفضل لك أن تكون صريحاً، خصوصاً اذا كنت معروفاً بالحذق والدهاء.

اسحق عظيموف، كاتب وعالم بالكيمياء الحية روسي المولد



الكلامُ الحسنُ شهدُ عسلٍ

ذهبت وزوجتي في رحلة الى الريف. وتوقفنا أمام بيت يباع فيه عصير التفاح، فاستقبلنا فلاح عجوز وزوجته.

وفيما نحن نرشف العصير، قال الفلاح انه مضى على زواجه خمسون عاماً تقريباً. ثم أضاف: "اظن أن افضل زواج هو الذي يبدي فيه كل من الطرفين اعجابه بالآخر. إلسي تحب سماع إطراء من وقت الى آخر، وأنا كذلك."

أعادت هذه الفلسفة الريفية الى ذهني وصفاً للصداقة كتبه المؤلف والطبيب الامريكي أوليفر وندل هولمز (١٨٠٩ - ١٨٩٤): "الصداقة لعبة مسلية يتبادل فيها الاصدقاء المديح." ولكن كم من زوجات يثنين على ازواجهن لدى قيادة سيارة في مسالك صعبة او وسط ازدحام؟ وكم من أزواج يمدحون زوجاتهم لخياطة زر على قميص؟

المديح يجلب الدفء والسرور الى قلب الممدوح ويحوّل جلبة العالم موسيقى. ولا يصح ذلك في مكان مثلما يصح في الزواج. فالزوجان اللذان يقولان كلاماً عاطفياً في اللحظة المناسبة يحصلان على شهادة تأمين قيّمة على زواجهما.

العيش جنباً الى جنب لسنوات عدة قد يؤدي الى الاستخفاف بفضائل الشريك. واذا كانت ثمة حسنة يتصف بها الشريك، فتأكد من ذكرها واحرص على مدحه وان مرة في اليوم.

ولكن احذر التعميم. وبدلا منه عليك بالتخصيص. فلا تقل لزوجتك: "انها وجبة لذيذة،" بل امدحها لتحضيرها طبقاً معيناً. وامتنع دائماً عن مديح غير محدد. فاذا خسرت زوجتك ١٥ كيلوغراماً من وزنها فلا تقل: "تبدين الآن أفضل من دون الاطنان التي كنت تحملينها." بل أجدى ان تطوق خصرها وتقول: "لا شك في انك تشعرين بأفضل من قبل، وها أنت مياسة القد من جديد." او اذكر لها كم أنت فخور بأن يراكما الناس معاً.

وثمة مثل قديم يقول: "الكلام الحسن شهد عسل حلو للنفس وشفاء للعظام."

ولسوء الحظ فان ضغوط الحياة اليومية غالباً ما تفوّت علينا فرصاً لتعزيز احترامنا لزوجاتنا او أزواجنا، الامر الذي يهدد علاقاتنا الزوجية.

المديح بالنسبة الى الروح الانسانية هو كالشمس، فلا نستطيع النمو من دونه. الكاتب والفكاهي الامريكي مارك توين قال ذات مرة ان في استطاعته العيش شهرين على مديح في محلّه. لم يكن توين كثير الزهو، لكنه عبر عما يشعر به معظمنا في قرارته، أي الحاجة الى دعم للروح من وقت الى آخر. ومع ذلك فاننا نتردد في اعطاء مديح يبعث الدفء في القلب.

ما من أحد منا يريد أن ان يكون مدّاحاً مراوغاً يعبّر عن مشاعر لا يحسها. فمثل هذا المديح يسهل تحديده، وهو نوع من الغش. أوليس غشاً أن نمتنع عن قول كلمات يكون المحبوب في حاجة الى سماعها؟

ذات مرة نشرت في باب "عزيزتي آبي" للنصائح في صحيفة مرموقة رسالة من سكرتيرة تشكو من ان زميلة لها كثيراً ما تتلقى في المكتب ازهاراً من زوجها من دون سبب معين، وتكون الازهار مرفقة ببطاقة حب وتقدير. وقد ساور صاحبة الرسالة شك في ان ثمة انساناً يظهر شعوره علناً على هذا النحو.

ردّت آبي: "قد تكون زميلتك وزوجها يتمتعان بزواج رائع. والزوج الحكيم هو الذي يدع الآخرين يعرفون أنه يحب زوجته ويقدرها. وعندما يمدح رجل زوجته علناً، (أو عندما تثني على زوجها زوجة علناً) يصبح المدح أقوى وأفعل."

وإن هذا لصحيح. فثمة خاصة تميز الزيجات التي تدوم، وهي استعداد كل من الزوجين لمدح الآخر علناً.

ثمة نسوة يبدو أنهن فطرن على مدح أزواجهن بهدف دعم شخصياتهم وارضاء غرورهم. انهن ينظرن الى الحياة من خلال قلوبهن. المؤلف ليون ميرسون وزوجته روز تزوجا في ٢٣ فبراير (شباط). قال ميرسون: "لن أنسى ما حييت تاريخ زواجنا. فهو اليوم الذي أعقب ذكرى مولد

جورج واشنطن أول رئيس للولايات المتحدة."

اما زوجته فقالت: "أنا لن أنسى تاريخ مولد جورج واشنطن. انه اليوم الذي سبق تاريخ زواجنا."

وتوقيت المديح شأن مهم أيضاً. لا تنتظر طويلا كي تقول لانسان كم هو جيّد في تقليم أشجار بستانك او في قص شعرك او في طبع رسالتك. ولكن لا تخبره ذلك بسرعة أيضاً، بل انتظر. وعندما يظن أنك نسيت توجيه المديح اليه، إفعل ذلك، وسيكون وقعه أشد وأقوى.

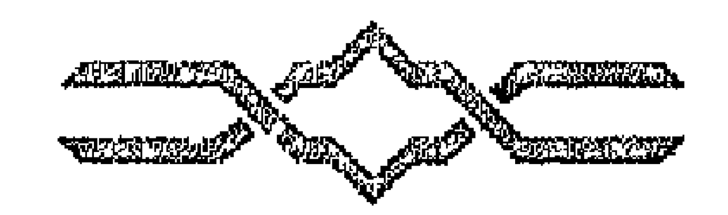
أفضل توقيت لمديح سمعته جاء من صديق كان يتناول طعام العشاء عندنا. انتظر الى ما بعد انتهاء السهرة، وقبيل مغادرته قال لزوجتي: "أود أن أحصل على طريقتك في البقاء نحيفة ورشيقة القوام. وطالما فكرت في ذلك خلال السهرة." وبنتيجة هذا المديح بقيت زوجتي منتشية لمدة أسبوع.

معظمنا، في عصر التكلف هذا، ينزع الى إحباط المشاعر. فيمتنع عن قول كلمات الحب والاعجاب والقبول، وهي كلمات من شأنها تمتين مشاعر الازواج مدى الدهر.

ربما نحن نجعل من الزواج مسألة معقدة. بيد أنه في النهاية مجرد علاقة يجد فيها الانسان راحة وامتناناً. وهو وليد الرغبة في الالتقاء وسماع كلمة إطراء وتقدير.

وليس هذا بالشيء الكثير، لكنه كاف. ولقد قيل "ان كلمة في محلها تشبه تفاحة من ذهب في مصوغ من فضة."

هنري فرغسون



طائرة أولاد

تكرر تأخير موعد اقلاع الطائرة في رحلة سياحية. فضاقت صدور المسافرين وأخذوا يتذمرون ويسيئون التصرف. وحاول المضيفون ضبط اعصابهم. ولكن عندما حان وقت الركوب بدت مشاعر أحدهم جلية اذ أعلن: "نحن الآن على أهبة التوجه الى الطائرة. سيصعد أولا الاولاد المسافرون لوحدهم، والآباء والامهات الذين يحملون أطفالا، وذوات الازواج الذين يتصرفون كالاولاد."

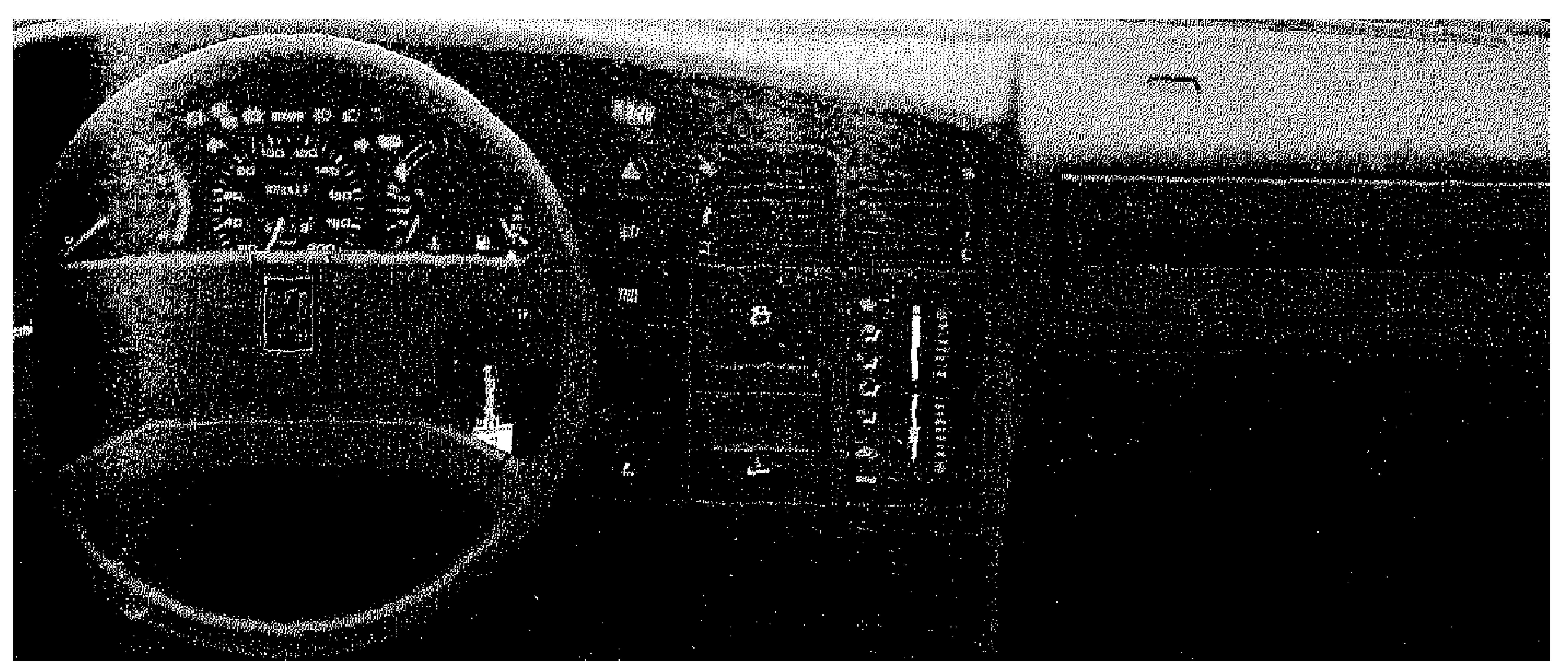
ب.ن.

الاختلاط والانتباه!

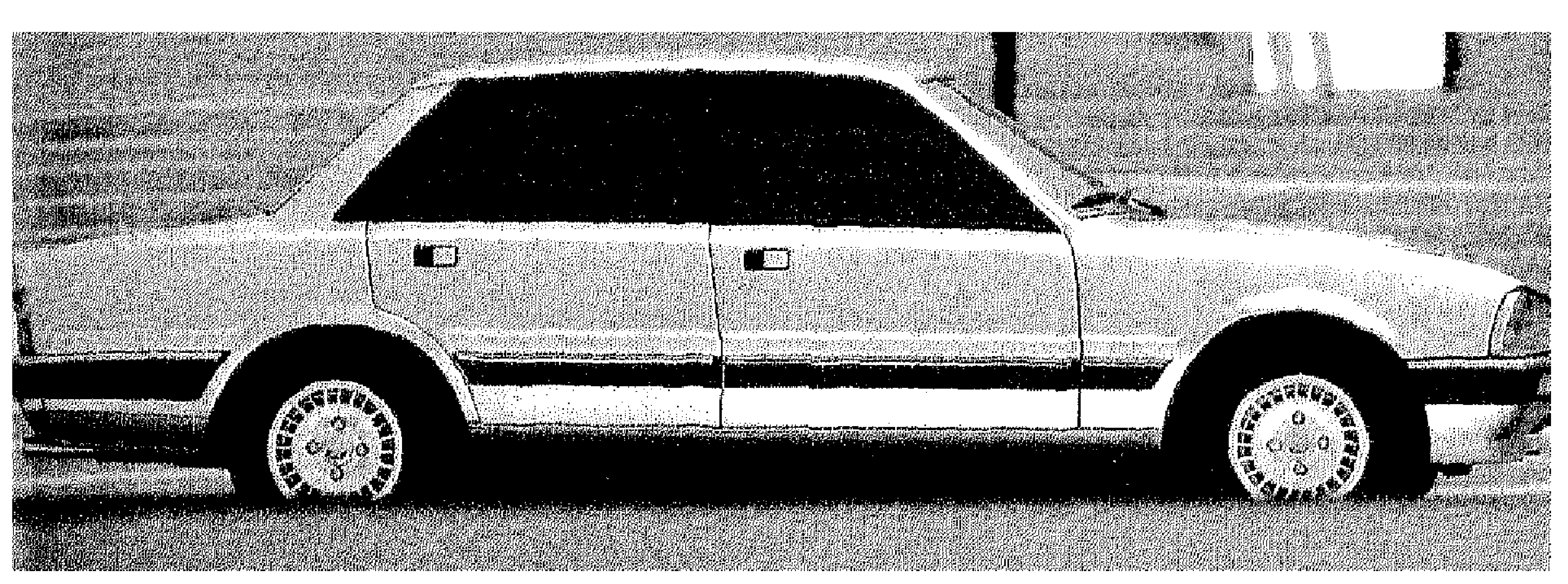
عندما صدر قانون الشركة الجديد حضر أحد المديرين المساعدين حلقة دراسية ليكون ملماً بالتعديلات الجارية. وبعد مضي ساعة قال مقاطعاً المحاضر: "آسف يا سيدي. لكن الأمر اختلط علي ويفوتني فهم الايضاحات."

فأجابه المحاضر: "حسن جداً! هذا يدل على أنك تتابع الحلقة بانتباه."

د.ر.



أنت في الداخل



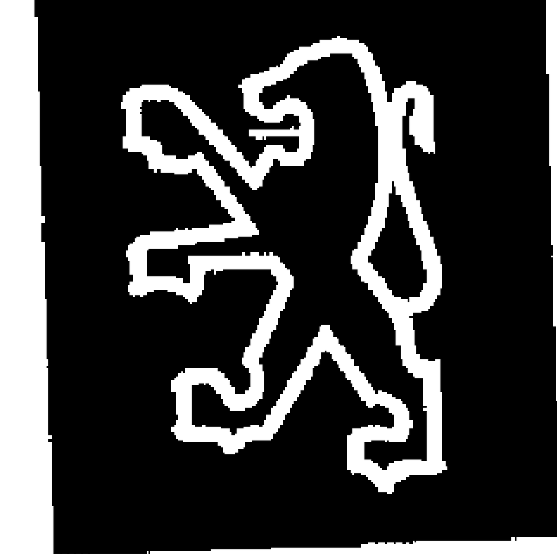
والأسد في الخارج
ستبقى دائماً في الطليعة

بيجو ٥٠٥ جي تي آي: إجلس داخل هذه السيّارة الفاخرة الوثيرة وأعلم أنك داخل سيّارة في طليعة المتنافسين.. سيّارة تميّزك عن الجميع.

وعندما تبدأ بالقيادة تدركُ أننا لم نبخل بأي تحسينات.. أنظر إلى لوحة أجهزة القياس، والمس أجهزة التحكّم وأشعر بقوة المحرّك البخّاخ وهو يدفعك إلى الامام.

وجرّب الأداء الممتاز واستمتع بالقيادة، وتحسّس الخطوط الأنيقة تشقّ الهواء.. عدّل مكيّف الهواء وأدر الموسيقى وأطرب لهذه التجربة الفريدة الفائقة في قيادة السيّارات.

سيّارة بيجو ٥٠٥ جي تي آي.. سيّارةٌ تجلبُ قيادتها متعةً عظيمة.. سيّارة تفخر باقتنائها.. انها ليست سوى سيّارة بيجو.



PEUGEOT

بيجو

وثبة الجودة



أغسطس (آب) ١٩٨٧ — من ريـدرز دايجست — السنة التاسعة (سلسلة جديدة)

مقالات مقتبسة توفر لكم متعة دائمة

الدّاءُ اليَـابانيّ

تزعم الاسطورة ان كبار الموظفين اليابانيين يعملون بسعادة ناذرين حياتهم لمصلحة شركاتهم اما الحقيقة فمغايرة كلياً

□ طلب رئيس شركة كبيرة من مديره ان يستقيل وينتقل الى فرع صغير للشركة. وخشيت زوجة المدير هذه الخطوة لأنها قد تؤثر في اتمام زواج ابنتهما. وبين سندان الرئيس ومطرقة الزوجة، لم يجد المدير مفرا من شنق نفسه.

□ بعدما نال ميتسورو هوسوبي (٣٤ عاما) وظيفة في شركة تجارية كبرى، جعل يعمل حتى الارهاق، فيترك مكتبه الساعة العاشرة ليلا مصطحبا زبائن الى مطعم او مقهى. وكثيرا ما بقي خارج البيت الى ما بعد منتصف الليل. وذات صباح افاق على وجع في معدته وظهره، فلزم الفراش طوال اليوم. وفي الغد نعته رئيسه بالكسول فاضطر الى العمل على نحو اكثر ارهاقا. وبعد اسبوع اصيب ميتسورو بانهيار عصبي.

□ ثمة شركة امريكية هي فرع لشركة يابانية كبرى، اضطر رئيسها الياباني البالغ من العمر ٥٠ عاما الى التصريح عن خسارة نزلت بالشركة بعدما حققت ارباحا على مدى ١٥ سنة. ثم توجه الى طبيب نفساني والدموع في عينيه. لقد اراد ان يتقاعد ويعود الى بلاده ويصبح سائق سيارة اجرة في طوكيو.

على رغم الازدهار الذي لم يسبق له مثيل، فان ضغط العمل يشكل عبئا كبيرا على كواهل الموظفين الكبار في اليابان.

والمشاكل الناجمة عن ضغوط العمل بدأت تظهر في اواسط السبعينات بعد الارتفاع الحاد في اسعار النفط، الامر الذي كبح النمو الاقتصادي في اليابان. واليوم تواجه البلاد مرة اخرى نموا ابطأ من قبل نتيجة تقلبات اسعار صرف الدولار والين. لذلك تلجأ الشركات الى الضغط على موظفيها بهدف خفض التكاليف وزيادة الانتاج. ويكمن الخطر في ان شد الاحزمة هذا سيولد رد فعل عكسيا فيزيد من حدة المشاكل الناجمة عن ضغوط العمل، الامر الذي يحد من المركز التنافسي لليابان.

معظم اليابانيين يعملون بأقصى طاقاتهم ستة ايام في الاسبوع تحت وطأة ظروف ضاغطة. يقول جايمس ابيغلن في كتاب نشره حديثا حول الشركات اليابانية انها "تثير في نفوس عامليها الغيرة والمنافسة".

اما وقد حصل كثير من اليابانيين اليوم على الراحة الجسدية التي ترافق الازدهار، فانهم لا ينالون الرضا من جراء الجهود التي يبذلونها.

وفي هذا الاطار يقول هيروبيا كوبوتا مدير معهد الصحة العقلية في "مركز الانتاجية" باليابان: "بما ان مرحلة السعي الى تحقيق غد اقتصادي ولّت، فان العمال يشعرون بانعدام هدف يسعون اليه."

فضيحة الطائرة ـ قبل خمس سنوات لم يكن موضوع ضغط العمل مسألة مطروحة في المجتمع، حيث كان من شأن زيارة طبيب نفساني ان تحطم مركز انسان وتحقّره في نظر عائلته واصدقائه.

وثمة حادث مأسوي حصل في ٩ فبراير (شباط) ١٩٨٢ اجبر اليابانيين على الاعتراف بالكارثة التي ما فتئوا ينكرون وجودها. ففيما كان الطيار سيجي كاتاغيري يحضر للهبوط بطائرة تابعة لشركة الخطوط الجوية اليابانية في مطار هانيدا بطوكيو، كما اخبر المحققين في ما بعد، سمع صوتا يقول: "مُتْ... مُتْ." حينئذ ادار المحركات في الاتجاه المعاكس ففطست الطائرة في خليج طوكيو مما اوقع ٢٤ قتيلا من اصل ١٧٤ شخصا كانوا على متنها.

واكتشف المحققون ان كاتاغيري عانى مشاكل عقلية، بما فيها الهلوسة، لفترة خمس سنوات قبل تحطم الطائرة. بيد ان احدا لم يفصح عن ذلك تلافيا للعار الذي كان يمكن ان يلحق به.

فضيحة طائرة الخطوط الجوية اليابانية رفعت الغطاء عن المشاكل الناتجة من الامراض العقلية. وبدأت تظهر في الصحف اليابانية مقالات عن ضغوط العمل. وفي دراسة اجرتها وزارة العمل تبين ان نصف مجموع الناس الذين اخذوا اجازة سنوية من اسبوع او اكثر وجدوا انفسهم مرتاحين بعد فترة الاجازة. وذكرت الدراسة أن خمسة في المئة من العمال مصابون بأمراض كالقرحة واوجاع في الظهر والصدر ناجمة عن ضغط العمل.

يقول تسوتومو اوميزاوا وهو استاذ العلوم الصحية في جامعة نيهون: "ان رغبة الناس في الاعتراف بهذه المشاكل تدل على مدى سوء الحال التي هم فيها، وذلك يعتبر طلبا للنجدة."

عدد من الشركات اليابانية اخذ يعالج

هذا الواقع. فلدى معظم المؤسسات الرئيسية محللون نفسانيون او جهاز طبي او عمال اجتماعيون لرعاية موظفين يعانون مشاكل عقلية خطيرة.

انحسار الضمانات ـ النمو الاقتصادي المتباطىء الذي تعيشه اليابان اليوم، وعدم توافر ضمانات وظيفية، امران ينعكسان سلبا على العمال والموظفين. لكن التطور السريع في التكنولوجيا والتغيرات التي تلحق بالقيم العائلية آخذة في تعميق مشكلة ضغوط العمل.

الذين يعانون اكثر من غيرهم هم الرجال في الاربعينات والخمسينات من اعمارهم الذين كرسوا حياتهم للنهضة الصناعية اليابانية عقب الحرب العالمية الثانية وذلك على حسابهم وحساب عائلاتهم. فثمة عدد كبير منهم يلجأ الى مصحات عقلية انتشرت في طوكيو في السنوات الخمس الماضية. وارتفع عدد المنتحرين الرجال الذين تراوح اعمارهم بين ٣٥ و٥٩ عاما من ٤٤٣٩ في العام ١٩٧٥ الى ٨٩٥١ في العام ١٩٨٤.

والى عهد ليس ببعيد لم تكن الشركات اليابانية الرئيسية تضمن ترقيات دورية لموظفيها ما لم يجهدوا في العمل. اما اليوم فحتى ذلك لم يعد مطبقا، لأن انحسار التوسع الاقتصادي لا يتيح وظائف ادارية محترمة، الامر الذي يزيد حدة المنافسة على الوظائف المتوافرة.

والى ذلك تتخلل نظام التوظيف الياباني سيئات. "قد تواجه رئيسا لا تحبه، وانت تعرف انه سيبقى رئيسك حتى يتقاعد او يتوفى،" هذا ما يقوله الطبيب النفساني يوكيو ايشيزوكا. زد على ذلك ان بعض الوظائف لم يعد مضمونا. فثمة عمال في صناعات غير مربحة، كبناء السفن والفولاذ، يطلب منهم ان يتقاعدوا باكرا او ينتقلوا الى وظائف اقل اجرا.

كذلك فان استعمال الادمغة الالكترونية على نطاق واسع في مجتمع لم يتعود حتى استعمال الآلات الكاتبة، يولد ايضا ضغطا في العمل. فكثيرا ما يفترض ان يقضي الموظفون امسياتهم ونهايات الاسبوع وهم يتعلمون تشغيل الآلات الجديدة. ويشعر عدد كبير منهم بنقص كبير عندما يخفقون في ذلك.

وما يعتبر مشاكل يومية في اي مكان آخر يعظم في اليابان حيث يتعلم الناس اخفاء مشاعرهم الحقيقية. وفي هذا الصدد يقول هيروميتسو اوكاموتو وهو طبيب نفساني في مستشفى ماتسوشيتا بأوساكا: "ان ازدياد ضغط العمل يولّد امراضا جسدية."

هاتف الاعتذار ـ ما من شك في ان اليابانيين يكونون افضل حالا لو مارسوا بعض الرياضة. ولكن من يفعل ذلك يواجه قطارات مزدحمة وطرقا مكتظة بالسيارات توصله الى منحدرات التزلج واحواض السباحة. وبغية حجز مكان في ملعب لكرة المضرب، على الياباني ان ينتظر ثلاث ساعات لاجراء قرعة يشتري المحظوظ بعدها تذكرة لما بعد شهرين.

واعطاء العمال اجازات اطول قد لا يحل مشكلة ضغط العمل. ويرى اكيهيسا

العائلة اليابانيّة في خطر

"الحمد لله، فاليوم نهار الاثنين،" شعار يردده المحاسب تاكيتشي اوهارا. وكل يوم جمعة يشعر بألم حاد في مؤخر رقبته، لذا يضطر الى ملازمة الفراش طوال عطلة نهاية الاسبوع. ولكن عندما يحل نهار الاثنين يشفى بطريقة عجائبية. اوهارا، الذي يخجل من اعطاء اسمه الحقيقي، هو ضحية "اعراض نهاية الاسبوع."

يقول الطبيب النفساني تورو سيكيا: "هذا مرض ياباني فريد في نوعه. فهؤلاء الرجال لا يستطيعون تحمّل عدم العمل. وفكرة التقاعد والحصول على اجازة تطول ٤٠ عاما فكرة مؤلمة." مثل هؤلاء جعلوا من المكتب بيتا لهم، وكلما قربوا من التقاعد اكتشفوا ان افراد عائلاتهم بنوا حياتهم بمعزل عنهم.

وقد يزداد الضغط عندما يقبل رجال اعمال وظائف لفترات طويلة في الخارج او في مدن يابانية اخرى. وثمة عدد من الزوجات يبقين مع اولادهن للتأكد من تعلمهم في المدارس الصحيحة. ونتيجة ذلك يعيش نحو ١٤٠ الف رجل بعيدا عن بيوتهم. وعندما يعودون يجدون غالبا ان عائلاتهم تعتبرهم عامل ازعاج.

ويعالج الدكتور سيكيا عددا كبيرا من هؤلاء الرجال. لكن الامر يتطلب اكثر من نصح وتوجيه كي تلتحم العائلات من جديد. وقد دلت دراسة حديثة على ان الازواج اليابانيين يتلاقون مع زوجاتهم ويتحدثون اليهن بمعدل ست دقائق يوميا.

يقول الطبيب النفساني ميتشيكو فوكازاوا: "كانت النساء في السابق يقبلن بمثل تلك العلاقة، فيتصرفن كأمهات غفورات. اما اليوم فقد بتن يضقن ذرعا بأزواجهن." لذا يزداد عدد النساء المطلقات فور حصول ازواجهن على علاوات تقاعدهم.

لاكثر من قرن استطاعت العائلة اليابانية المحافظة على اللحمة الاجتماعية وسط التغيرات القاسية. والسؤال هو الى متى تستطيع هذه المؤسسة الفاعلة المحافظة على لحمتها.

تاماكي وهو نائب مدير مكتب حكومي معني بتطوير صناعات الترفيه، ان "كثيرا من الناس لا يعرفون ماذا يفعلون في اوقات الفراغ." ويوافق الاستاذ اوميزاوا على هذا الكلام: "نحن اليابانيين لا نعرف كيف نلعب."

ازاء ذلك اقدمت "نوفير"، وهي واحدة من الشركات الطليعية في صناعة ادوات التجميل في اليابان، على خطوة شاملة لمقاومة ضغوط العمل. فعلى الطاولات داخل غرف الاجتماعات وضعت قوارير فيتامين "ج" بدلا من منافض السجائر. وحافلات الشركة تنقل الموظفين شتاء الى منحدرات التزلج، بينما تتولى طائرتان نفاثتان ومروحية نقل العمال صيفا الى جزيرة مجاورة لممارسة رياضة الغطس. وقد لاحظ رئيس الشركة هيروشي اوكورا ان "الشركات اليابانية

نمت على حساب صحة موظفيها. ومنذ الآن على الشركات اذا ما ارادت النمو ان تفكر في صحة هؤلاء."

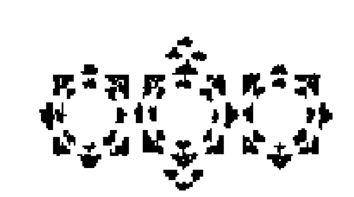
وثمة قطاعات جديدة برزت متوخية الافادة من الوعي المتنامي لخطورة المشاكل الناجمة عن ضغوط العمل. وقد صمم "مركز الانتاجية" استبيانات تمكنه من الاطلاع على الصحة العقلية في شركة ما، مظهرة اي دوائر تعاني مشاكل، ومدى خطورتها. وهناك شركة استشارية ترسل اطباء نفسانيين للمساعدة في تقويم مشاكل الشركات الناجمة عن ضغوط العمل. وبدأت شركة "نيبون" للبرق والهاتف تقديم منفس غير مألوف لضغط العمل. ففي مقابل ٤٠ سنتا في الدقيقة يمكن سكان طوكيو تلقي كلمة اعتذار عبر الهاتف: يصرخ صاحب المكالمة غاضبا، فيأتيه الجواب مسجلا: "آسف، انها غلطتي، فأنت محق."

ان قدوم موظفين جدد اصغر سنا ولم يستحوذ عليهم هاجس العمل ينبغي ان يحل مشاكل اليابان الناجمة عن هذه الضغوط. ولكن من المرجح ان يسوء الوضع اكثر قبل ان يتحسن. فالهوة بين المديرين المتوسطي العمر والعمال الشباب تزيد من اعباء العمل. ويقول احد كبار موظفي شركة "سوني": "ان التكلم مع الجيل الجديد يشبه الكلام مع غرباء."

الناس الاكبر سنا واثقون بأن تدريب العمال الشباب بطريقة صحيحة يؤدي الى نتيجة ايجابية. "يجب ان نضرب حديدا حاميا من اجل تحويل الشباب رجالا في الشركة." هذا ما يراه احد كبار موظفي شركة "توشيبا." لكن عددا متزايدا من الشبان اليابانيين يرفضون هذا المبدأ. فبالنسبة اليهم، الطريق الى السعادة يكمن في التفلت من القديم واحداث اساليب حياتية جديدة.

بعدما شفي ميتسورو هوسوبي، المسؤول في الشركة اليابانية الذي اصابه انهيار عصبي، استقال من وظيفته ونال وظيفة في "تيلي كومبيوتر" وهي شركة تعنى بالثقافة. واليوم يعمل ساعات محمولة، وقد غابت عنه اوجاعه. ولكن على كثيرين من امثال هوسوبي أن يملكوا زمام انفسهم قبل ان تتعلم اليابان الراحة. وستظل الحياة في الشركات، بالنسبة الى يابانيين كثر، عيشة موصلة الى اليأس.

مجلة "بيزنس ويك"



لا تفلسفوا الضحك!

كان أحدهم يقرأ جريدة، فقال لرفيقه: "قرأت ان المرء عندما يضحك يمرّن ما يربو على مئة من عضلاته."

فرد رفيقه: "تباً لهؤلاء المتحمسين للرياضة الصحية! إنهم يفرغون كل شيء من بهجته."

ب.ت.

ذئبة جريح في جدول الذهب

أمر غريب قلما يدركه العقل حدث هناك في البرية الموحشة في ألاسكا



ذات صباح ربيعي قبل سنوات كثيرة كنت أنقّب عن الذهب في جدول كوهو في جنوب شرق جزيرة كوبرينوف بألاسكا. وما ان خرجت من غابة شجر التنوب الفضي والشوكران حتى جمدت مكاني. ففي مستنقع مغطى بالطحلب، على بعد حوالى ٣٠ خطوة، ذئب عالق في أحد فخاخ جورج الصياد.



وكان جورج العجوز توفي في الاسبوع الفائت بذبحة قلبية. وهكذا كان الذئب محظوظاً بأن أصادفه. اضطرب وذُعر لدى اقترابي منه وتراجع جاذباً سلسلة الفخ. ثم لاحظت آمراً آخر: انها ذئبة، وضروعها ممتلئة حليباً. ففي مكان ما داخل كهف جراء جائعة تنتظر أمها.

من مظهرها قدّرت أنها علقت في الفخ قبل أيام قليلة. وذلك يعني أن جراءها ربما ما زالت قيد الحياة، وبالتأكيد على بعد كيلومترات قليلة. لكنني خشيت، اذا ما حاولت اطلاق الذئبة، أن تتحول عدوة وتمزقني إرباً.

وهكذا، بدلا من ذلك، عزمت على البحث عن جرائها. وبدأت أفتش عن آثار أقدام يمكن أن تقودني الى الكهف. لحسن الحظ ما زالت هناك بقع من الثلج. وبعد دقائق اكتشفت آثار مخالب على طريق محاذية.

قادتني الآثار حوالى كيلومتر داخل الغابة ثم صعوداً الى منحدر صخري. اخيراً وجدت الكهف عند قاعدة شجرة تنوب فضية ضخمة. لا صوت في الداخل. جراء الذئاب خجولة حذرة، ولم يكن لديّ أمل كبير في اغرائها للخروج. ولكن عليَّ أن أحاول. وبدأتُ أقلّد العواء الحاد الذي تطلقه الذئبة الام عندما تنادي صغارها. ولكن ليس من استجابة.

بعد لحظات أطلقت نداء آخر. فظهرت أربعة جراء لا يمكن أن تكون بلغت من العمر الا أسابيع قليلة. مددت يدي اليها فحاولت ان تمص أصابعي. فالجوع ربما غلّبها على خوفها الطبيعي. ووضعتها واحداً واحداً في كيس خيش وعدت أدراجي.

Illustration: Norman Adams

عندما لمحتني الذئبة الام وقفت منتصبة. وقد تكون شمت رائحة صغارها فأطلقت عواء حاداً محزناً. أطلقتُ الجراء فركضت نحو أمها وخلال ثوان كانت تتمرغ على بطنها.

دهشة واحدة – ماذا بعد؟ تولتني الدهشة. الذئبة الام كانت متألمة على نحو واضح. ومع ذلك فكلما تحركت نحوها لعلعت في حلقها زمجرة مهددة. ولحماية صغارها أصبحت محاربة. وارتأيت أنها تحتاج الى غذاء. علي ان أجد لها شيئاً تأكله.

مشيت نحو جدول كوهو. رأيت قائمة غزال نافق بارزة من جرف ثلجي. نبشته وقطعت ربع مؤخرته وأعدت الجيفة الى الثلاجة الطبيعية. واذ نقلت الردف المقطوع الى الذئبة همست لها: "حسناً أيتها الام، عشاؤك جاهز فأوقفي زمجرتك عني. تقدمي اليّ الآن." دفعت نحوها قطعاً صغيرة من اللحم فشمتها ثم التهمتها.

عند الفجر أيقظتني أربع كتل من الفرْو تشم وجهي ويديّ. حدّقت اليّ الذئبة الام مضطربة، وتمنيت لو استطعت كسب ثقتها. كان ذلك أملها الوحيد.

طوال الايام القليلة التالية قسمت وقتي بين التنقيب ومحاولة كسب ثقة الذئبة. كلمتها بلطف وألقيت اليها مزيداً من اللحم ولعبت مع الجراء وثابرت على التقرب منها مع الحرص على أن أظل بعيداً عن مدى سلسلتها.

في غسق اليوم الخامس دفعت اليها قوتها اليومي من اللحم وقلت بصوت ناعم وأنا أقترب منها: "هوذا الغداء. تقدمي يا فتاتي، فلا شيء تخافينه." فجأة أحاطت بي الجراء. اني موضع ثقتها على الاقل. لكنني بدأت أفقد الامل بكسب ثقة الام في وقتٍ ما. ثم لمحت بصبصة ذنبها فتحركتُ الى مدى طول سلسلتها.

بقيت هي بلا حراك. أما أنا فجلست بخوف كبير على بعد مترين عنها. انها بنهشة واحدة تستطيع أن تكسر ذراعي أو عنقي. التحفت ملاءتي واضطجعت بتأن على الارض الباردة وغفوت.

عواء حزين – استيقظت فجراً على صوت رضاعة الجراء. مِلتُ نحوها بتؤدة ألاطفها فجمدت الذئبة الام. قلت على سبيل التجربة: "صباح الخير يا أصدقاء." ثم وضعت يدي بتأن على قائمة الذئبة المجروحة فجفلت لكنها لم تأت حركة مهددة.

رأيت أن فكي الفخ الفولاذيين حصرا اصبعين فقط من القائمة العالقة. وكانتا متورمتين وممزقتين.

قلت: "حسناً، بعد وقت قصير أخرجك من هذا المكان."

ضغطتُ الفخ فانفتح وتحررت الذئبة. بدأت تنشج وهي تتمهل في سيرها خوفاً على قائمتها المصابة. وأوحت الي خبرتي في البرية ان الذئبة ستجمع جراءها وتتوارى في الغابات. لكنها دبت نحوي بحذر.

أما الجراء فأخذت تعض أمها مداعبة حينما استندت الى مرفقي تشم يديّ وذراعيّ وتلحس أصابعي. تملكني الذهول، فهذا نقيض كل ما سمعت عن الذئاب.

بعد هنيهة كانت الذئبة الأم مستعدة لمغادرة المكان. وتوجهت نحو الغابة وهي تعرج وجراؤها تفر حولها. ثم التفتت الي، فسألتها: "أتريدين أن أذهب معك يا فتاتي؟" وجمعت أمتعتي بفضول وانطلقت.

بعدما تبعتها بضعة كيلومترات في جدول كوهو، تسلقنا جبل كوبرينوف ووصلنا الى مرج مرتفع. في محيط الغابات هناك قطيع ذئاب. وبعد دقائق قليلة من التحيات المتبادلة انفجر القطيع بالعواء. وكان عويل مرعب تبدل تكراراً من منخفض الى مرتفع حاد.

عند حلول الظلام نصبت خيمة. وفي ضوء ناري وضوء القمر الساطع رأيت الذئاب المختبئة تخرج وتروغ داخل الظلال وخارجها لامعة العيون. لم أخف. انها كانت فضولية، كذلك كنت أنا.

استيقظت مع أول انبلاج للنور. لقد حان وقت تركي الذئبة مع القطيع. راقبتني وأنا أجمع أمتعتي وأسير عبر المرج. واذ بلغت ناحية بعيدة التفت فرأيت الام وجراءها قابعة في المكان الذي خيمت فيه وهي تراقبني. لم أعلم لماذا فعلت، لكنني لوحت لها بيدي. عندئذ أطلقت الذئبة الام في الهواء عواء حزيناً.

جسور فوق حواجز - لدى انتهاء خدمتي العسكرية في الحرب العالمية الثانية، بعد أربع سنوات، رجعت الى جدول كوهو في خريف ١٩٤٥. انه لامر حسن أن أعود بعد أهوال الحرب الى شجر التنوب الفضي الشامخ أتنشق هواء برية ألاسكا اللطيف المنعش. شاهدت الفخ الفولاذي الذي علقت فيه الذئبة متدلياً من شجرة أرز كنت غرستها قبل أربع سنوات. هذا المنظر أثار فيّ شعوراً غريباً، وأمر ما حملني على الصعود الى المرج في جبل كوبرينوف حيث شاهدت الذئبة للمرة الاخيرة. هناك وقفت على حافة شاهقة وأطلقت نداء ذئبياً طويلا منخفضاً، الامر الذي فعلته قبلا غير مرة.

رجع الصدى عبر مسافة بعيدة. ناديت ثانية، فتردد الصدى مرفقاً هذه المرة بنداء ذئبي من قمة تبعد حوالى كيلومتر.

ثم رأيت، من بعيد، شبحاً أسود يتحرك ببطء نحوي. واذ اجتاز المرج تبينت أنه ذئب غابة. انتابتني قشعريرة اذ عرفت من فوري، بعد أربع سنوات، ذلك الشبح المألوف. ناديت برقة: "مرحباً يا فتاتي." اقتربت الذئبة رويداً رويداً، اذناها منتصبتان وجسمها متوتر، ووقفت على بعد أمتار مني تبصبص بذيلها الكثيف.

وبعد دقائق قفلت الذئبة. وبعد وقت قصير غادرت أنا جزيرة كوبرينوف ولم أر الذئبة بعد ذلك أبداً. لكن الذكرى التي تركتها لي حية، ملازمة، غريبة نوعاً ما، وستبقى برهاناً على أن في الطبيعة أموراً خارج القانون وخارج ادراك الانسان.

أثناء تلك البرهة الوجيزة، أنا وتلك الوحشة المصابة اخترق كل منا عالم الآخر ومددنا جسوراً فوق حواجز لم نقصد أبداً أن نمد فوقها جسوراً. ليست تجارب كهذه قابلة للتفسير. علينا أن نقبلها كما هي. ولانها ذات صبغة غامضة وغريبة فقد يكون حرياً بنا أن ندخرها ونعزها.

موريس هومير اروين



٥٠ مليون سَـــنة في مكبّ نفَـايات!

هناك ترقد ألوف الاحافير كاملة سليمة منذ ملايين السنين وكشفها أحدث خضة في علمي الاحاثة والتاريخ الطبيعي

حفرة قبيحة على بعد ٣٥ كيلومتراً جنوب فرنكفورت تشوه المنظر الريفي الشاعري لبلدة ميسيل. إنها "غروب ميسيل"(١) التي يبلغ طولها ١٠٠٠ متر وعرضها ٧٠٠ وعمقها ٦٠. وهي من العام ١٨٨٦ الى ١٩٧١ كانت مجرد حفرة مفتوحة لاستخراج الزيت الحجري. ومع ذلك يصعب العثور على حفرة أشهر منها. وحتى الآن دارت ثلاث معارك قضائية كبرى لتحويلها أحد أكبر مرامي النفايات في ألمانيا الغربية. لكن الفاعليات المحلية وحزب "البيئة الخضراء" وعلماء

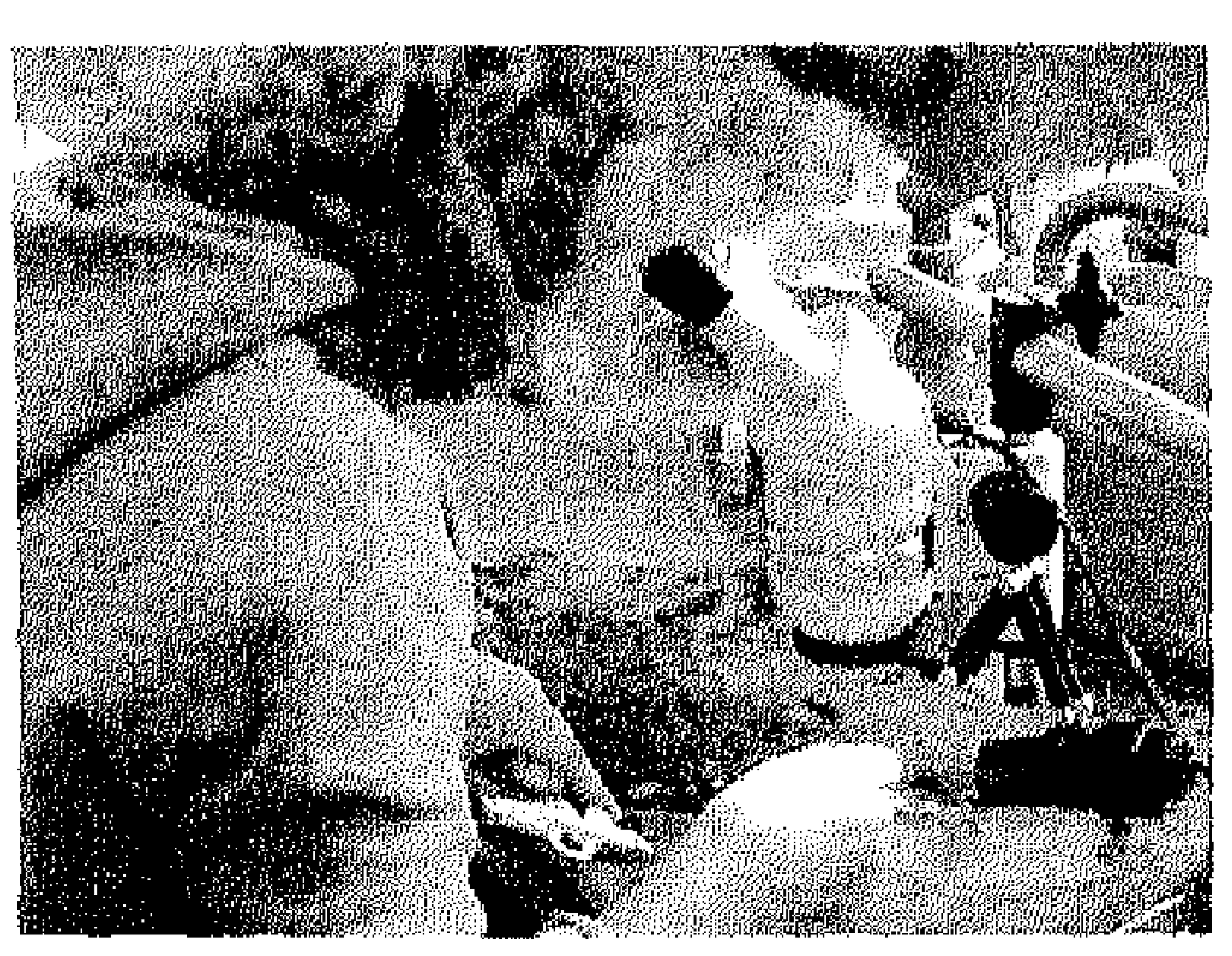
(١) Grube Messel أي منجم ميسيل.

Photos: Naturkunde Museum Senckenberg, Frankfurt

مرموقين من أنحاء العالم شاركوا في الصراع للحفاظ عليها كأثر حضاري وطبيعي.

غروب ميسيل مجموعة علمية نفيسة من آلاف الاحافير الحيوانية والنباتية. إنها نافذة على الحياة في العصر الفجري(٢) قبل ٥٠ الى ٣٥ مليون سنة، في بداية نشوء الثدييات. ليس من اكتشاف أثمن منها، وقلما وجدت أحافير كاملة ومحفوظة كما فيها، فالمنبوشات هناك ليست كناية عن بضع أسنان أو بقايا عظام، بل هياكل عظمية كاملة وطيور بريشها الملون الزاهي وحيوانات ما زالت مكسوة بالفرو ومحتويات معدها سليمة.

فالمكتشفات في غروب ميسيل تلقي أضواء جديدة على النظريات العلمية. وعلى سبيل المثال، لطالما اعتقد العلماء أن سلف حصان عصرنا الذي يقتات الآن بالعشب، أي الحصان البدائي الذي لم يتجاوز حجمه حجم الكلب، سكن غابات شبه استوائية واقتات بأوراق الشجيرات. وقد ارتكزت هذه النظرية على أحافير مكتشفة تعود الى حقبات مختلفة عبر ملايين السنين، أظهرت كيف تغيرت



احفور محجر بالراتينج ومجهز تحت المجهر.

أسنان الحصان ليتمكن من مضغ أوراق الشجر الطرية ثم الأوراق القاسية للاعشاب التي نمت حين تحول المناخ في العالم الى البرودة. لكن الأحافير في غروب ميسيل برهنت أن الاحصنة القديمة عاشت في غابات المطر. وتضمنت بقايا محتويات معدها أوراق شجيرات وبتلات أزهار وحتى لقاحاً.

وتؤكد أحافير غروب ميسيل أيضاً نظرية الانجراف القاري(٣) التي تشير الى تغير مواقع القارات الى حد بعيد خلال الحقب الجيولوجية. فالشكل الفجري لآكل النمل، مثلا، وهو حيوان لا يقطن الآن الا في أمريكا اللاتينية، اكتشف في الحفرة، مما يدل على أن أمريكا الجنوبية كانت متصلة بأوروبا عبر أفريقيا في فترة كانت الامريكتان منفصلتين ببحر واسع.

مقبرة عجيبة - غروب ميسيل هي إحدى غرائب الطبيعة. في بداية العصر الفجري، عندما كان مناخ أوروبا الشمالية والوسطى معتدلا كما في أفريقيا اليوم، كانت غروب ميسيل بحيرة يقطنها سمك الطين وأبي منقار والانقليس والفرخ والسلاحف وأشكال بدائية من التماسيح. كانت الزنابق المائية الكبيرة تطفو على سطحها وأشجار النخيل تنمو على ضفافها. أما الضفادع والسمندل والافاعي والطيور كالتفلق والزقزاق والغرنوق فعاشت على السدود السبخة. وكان النمل في طول الفئران. وكانت الجرابيات

(٢) The Eocene epoch أو العصر الحديث السابق.
(٣) Continental drift

والثدييات والقوارض وأسلاف أبقار اليوم والخنازير والجمال والغزلان تجوب الغابات الكثيفة القريبة.

كانت بحيرة ميسيل عميقة لكنها قليلة النشاط. لم تتميز بالتيارات العنيفة أو بوفرة المياه العذبة، إذ تدفقت اليها جداول صغيرة فقط. لذلك انتشر فيها الطحلب والفطر وسواهما من النباتات التي تستهلك الاوكسيجين مجردة البحيرة تدريجاً من مخزون الاوكسيجين في عمق بضعة أمتار. هناك أصبحت المياه سامة ومحتوية على كبريتور الهيدروجين وماء النشادر والميثان، فلم تتمكن الجراثيم الحيهوائية من النمو، وهي جراثيم تحتاج الى الاوكسيجين.

لدى نفوق الحيوانات وذوي النباتات التي تعيش في القسم الاعلى من البحيرة الغني بالاوكسيجين، كانت بقاياها تغرق الى أسفل. وكانت جيف الطيور والثدييات تجرف أيضاً الى البحيرة عبر الجداول والفيضانات. وقد منع التيار المعتدل هذه الجيف من التفتت، وأهم من ذلك أن غياب الاوكسيجين والجراثيم في القعر حفظها من التأكل.

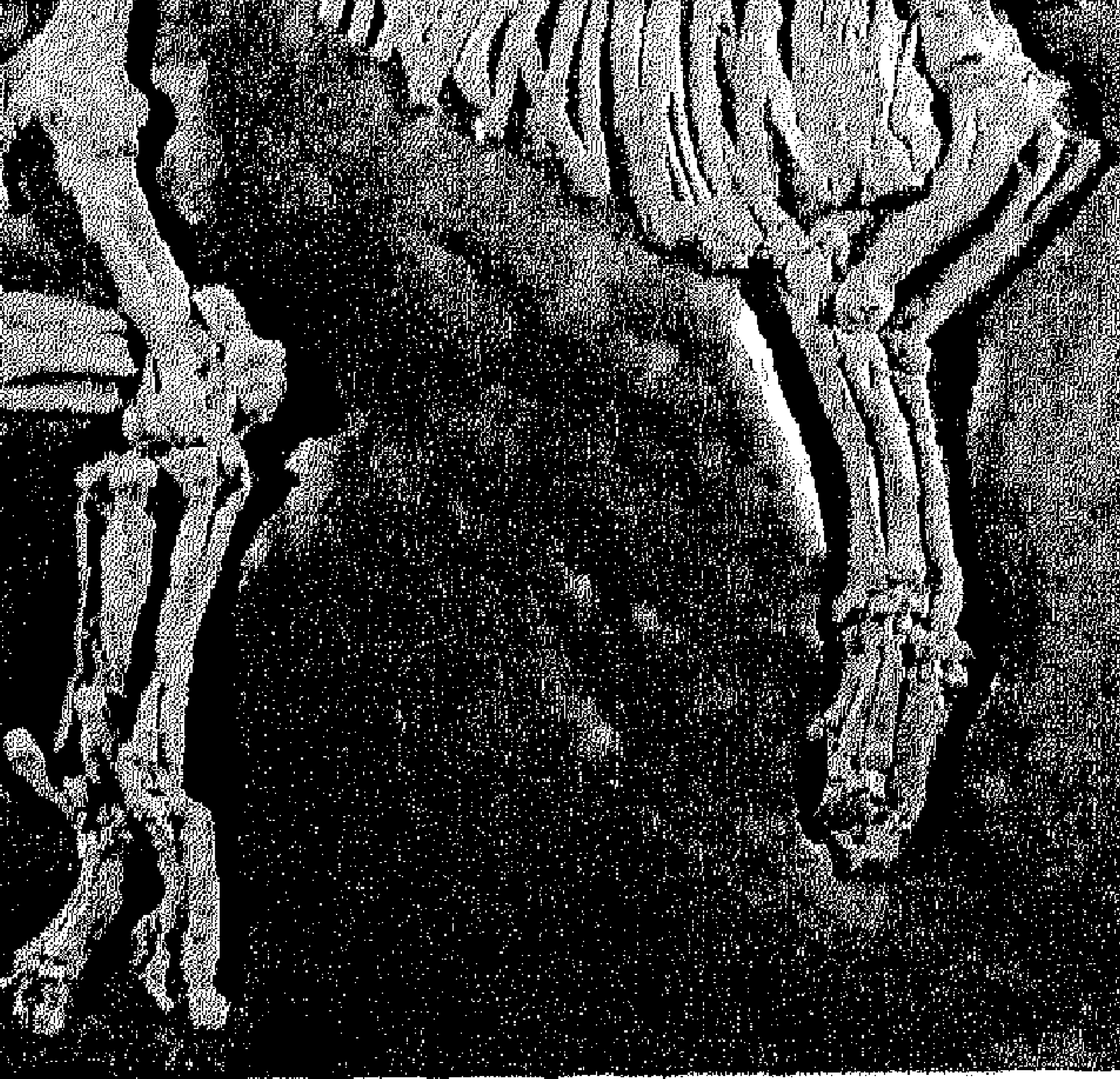
لمئات الآلاف من السنين تراكمت الرواسب طبقة فوق أخرى ضاغطة الهياكل حتى ملأت تلك الحفرة وجعلت من البحيرة مقبرة عجيبة للأحافير المطمورة في الرواسب التي تحولت بدورها صخوراً من الطين الصفحي تجاوز عمقها ١٨٠ متراً.

ويوضح ستيفان شال رئيس فريق ميسيل للتنقيب في متحف سينكنبرغ للتاريخ الطبيعي في فرنكفورت: "لذا نلاحظ غزارة في الحياة الحيوانية والنباتية في تلك المنطقة. فخلال السنين العشر الاخيرة كشف هناك عن ١٥٠ هيكلا كاملا للخفافيش الفجرية بينما لم يعثر الا على اثنين أو ثلاثة منها في أنحاء أمريكا الشمالية."

حمى الاحافير – في ديسمبر (كانون الاول) ١٨٧٥ نبش أول أحفور في غروب ميسيل، وهو تمساح، بعد فترة وجيزة من اكتشاف الفحم الحجري هناك. لكن ذلك التمساح اعتبر مجرد معلومة جانبية، فقد عثر الجيولوجيون أثناء الحفر على الزيت الحجري الذي كان مصدر طاقة مربحاً في ذلك الوقت. وخلال السنوات الـ٨٥ التالية استخرج ٢٠ مليون طن منه.

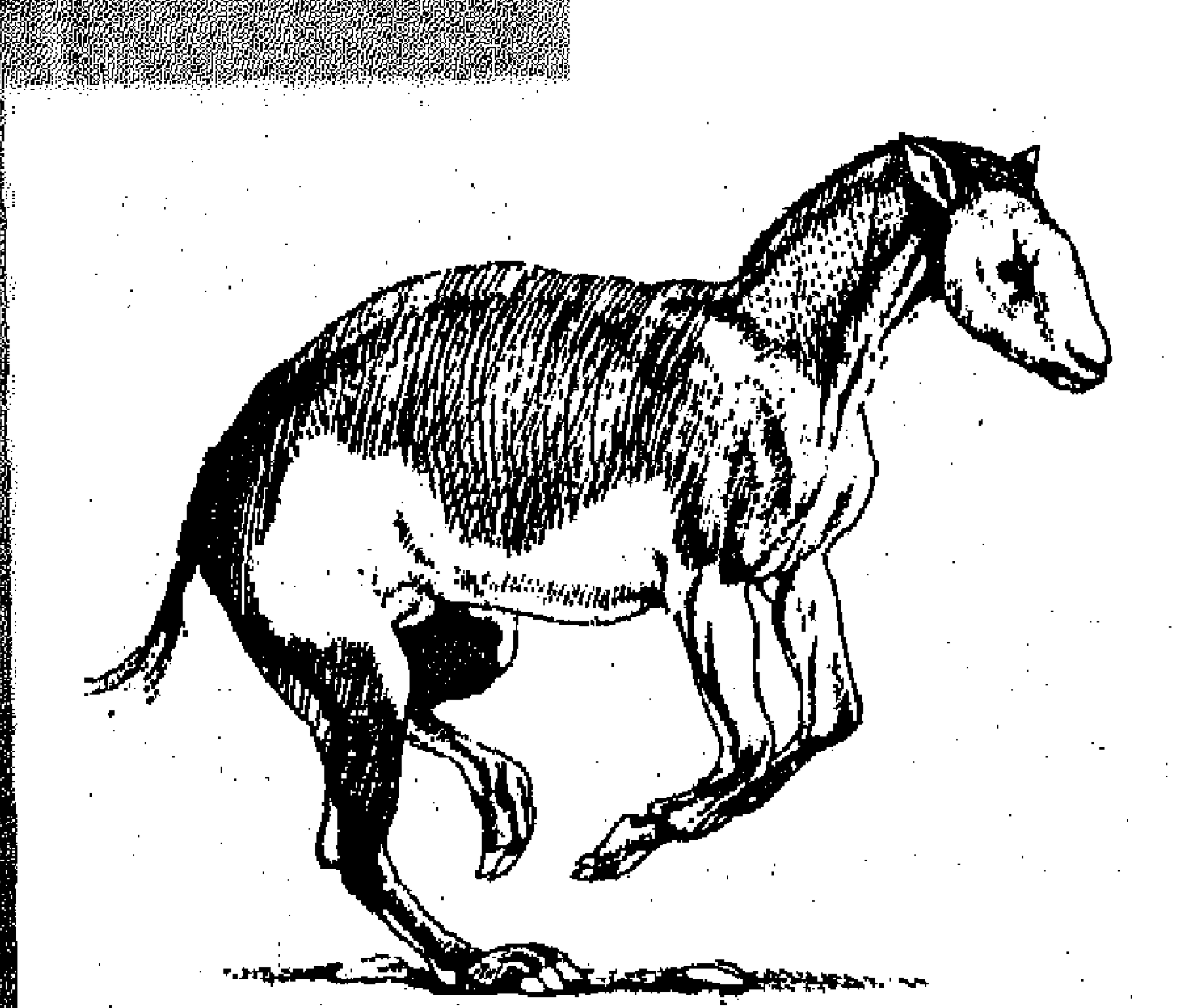
نبش العمال مزيداً من الاحافير وسلموها الى متحف غراند – ديوكال في دارمشتات الذي منحه أصحاب المنجم عام ١٩١٣ حق امتلاك الاحافير المنبوشة. لكن المشكلة كانت في الحفاظ على تلك الاحافير في حال جيدة، إذ حالما يجف الاردواز الرطب تتفتت الاحافير وتنحل. وكانت صيانتها في البارافين والطين الصفحي الطريقة الفضلى حتى الخمسينات، عندما ظهرت وسيلة بريطانية حديثة تقضي بحفظ كل المكتشفات، حتى الدقيقة منها، في رغوة البوليستر ومادة الراتينج الصمغية.

في العام ١٩٧١ حين أقفل المنجم، وافق مالكه ايتونغ على تركه مفتوحاً للهواة من صيادي الاحافير والعلماء



Eva Mehrling, Hamburg

أحفور لحيوان يشبه التابير، له أربع أصابع في قائمتيه الاماميتين وثلاث في قائمتيه الخلفيتين، وهذا كان يحفظه من الغور في الوحل. تحت، رسم يظهر شكل الحيوان.

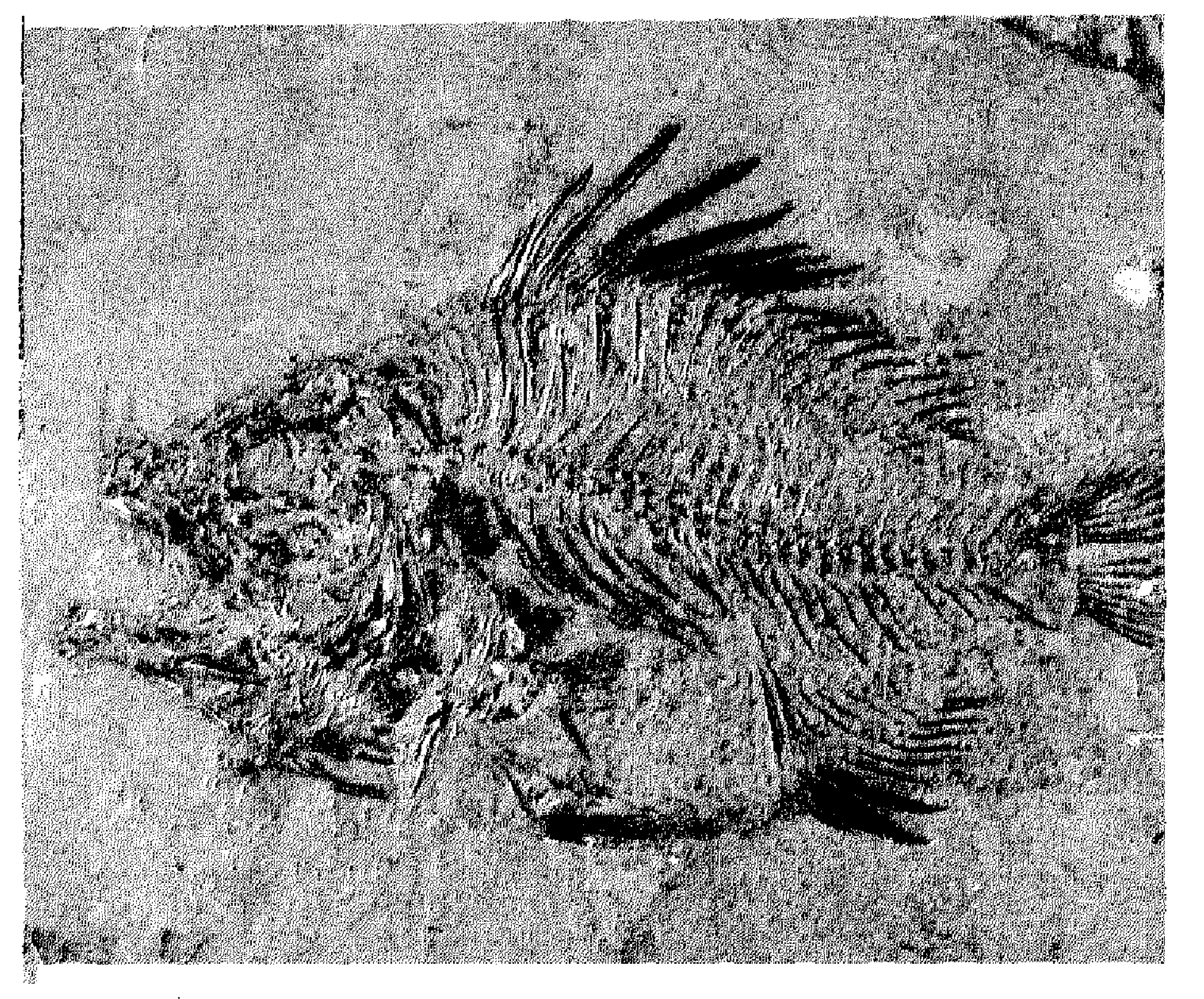




الى اليمين، السمك من أ الموجودات في غروب ميسيل. تحت، واحدة من خمسة أنواع من السلاحف تم اكتشافها على ضفاف البحيرة القديمة.



Charles McVicker



Eva Mehrling, Hamburg

الاحاثيين. ولكن عندما اكتشف أول حصان بدائي تحولت هواية صيد الاحافير تدفقاً شبيهاً بحمى الذهب. ويقول شال: "كانت المنطقة في عطلة نهاية الاسبوع تكتظ بأكثر من ٣٠٠ هاو اجتهدوا في الحفر. ولم تكن الاكثرية مهتمة بعلم الاحاثة بل بالثروة." ولقد دفع متحف قرابة ٣٥٠ ألف مارك (١٩٠ ألف دولار) ثمناً لحصان بدائي.

والى تهديد العلم بسلبه معلومات ثمينة، سرعان ما أصبحت غزوات نهاية الاسبوع تشكل خطراً على السلامة العامة، إذ ضمت مئات الرجال والنساء، وحتى الاولاد، توزعوا في المنطقة وراحوا يفتتون الضفاف ويشوهونها. هكذا أغلقت الحفرة أمام عامة الناس في العام ١٩٧٤.

يحتفظ متحف سنكنبرغ، وهو الناشط الاكبر في هذا الحقل، بمختبر كبير مجهز في غروب ميسيل. ففي كل موسم يشغله نحو ثمانية علماء مع مساعدين علميين ونحو مئة من طلاب الجيولوجيا (٤) والمتطوعين للعمل في تلك الحفرة. وخلال ١١ عاماً من التنقيب كشفت هوية ١٢ نوعاً جديداً من الحيوانات والنباتات بما فيها أسلاف الليمور والتابير (٥). ومكنت هذه الاكتشافات الباحثين من رسم أشكال مفصلة لحيوانات العصر الفجري وتحديد طريقتها في المشي والركض ونمط تصرفها.

عملية دقيقة - يوضح شال منوال العمل: "منذ بداية مايو (أيار) والى آخر أكتوبر (تشرين الاول) نعمل هنا يومياً، وأحياناً يكون عملنا قاصم الظهر. فكتلة الطين الصفحي التي تحوي تمساحاً ضخماً يتجاوز طولها المترين وعرضها المتر وسماكتها الخمسين سنتيمتراً، وقد تزن مئات الكيلوغرامات وتحتاج الى ثمانية رجال أشداء لرفعها وحملها الى الشاحنة وسحبها الى المختبر."

وهو أيضاً عمل بطيء، لأن الطين الصفحي مؤلف من طبقات عدة. وفي بعض الاحيان يسهل على شال والخبراء معرفة وجود أحفور داخل الكتلة إذا كان الهيكل لحيوان كبير. لكن ذلك صعب متى كانت البقايا لحيوان صغير، وقد يصبح مستحيلا عندما تكون الاحافير لأوراق شجر وأزهار وحبوب وحشرات. عندئذ تشرَّح كل طبقة بعناية بالسكين، وغالباً ما تفحص تحت مجهر دقيق.

نظراً الى أن ٤٠ في المئة من الطين الصفحي مكون من ماء، يلف كل اكتشاف بصحف مبللة ويوضع داخل كيس مختوم من البلاستيك الى أن يعالج بالراتينج لحفظه وتحضيره للدراسة.

بينما كنت وشال نجول في أنحاء المختبر توقفنا عند طاولة أحد مساعديه الذي كان منشغلا بهيكل حصان بدائي بلغ طوله ٦٠ سنتيمتراً وقد حجِّر وغلف بالراتينج. ومع ذلك التصقت بالعظام قطع طين وجبت ازالتها بالمبضع أو المبرد الجراحي. وتستغرق عملية تحضير اكتشاف كهذا ثلاثة أشهر أو أربعة.

عندما تعجز المكشطة والمبضع عن

---

(٤) الجيولوجيا علم طبقات الارض.
(٥) الليمور قرد طويل الذنب. والتابير حيوان يشبه الخنزير.

إتمام المهمة تطبق طريقة "السفع الرملي"(٦). والآلة التي تستعمل في هذه العملية ترش الطين الصفحي بلؤلؤ زجاجي مجهري دقيق يبلغ قطر واحدته ٣٥ جزءاً من ١٠٠٠ من المليمتر. ومن الضروري إجراء ذلك في حجرة محكمة السد، بينما يحدق التقني في مجهر ثنائي العينين. وغالباً ما يحتاج الى نهار كامل كي ينظف بضعة سنتيمترات مربعة.

وتشكل الحشرات أدق المصاعب، إذ ان عيناتها رقيقة كالورق. ويتم العمل بالابر تحت المجهر لتحاشي خدش بعض الاجزاء. وهشة أيضاً هي الاوراق والازهار والحبوب والثمار التي تمكن علماء الاحاثة من إعادة رسم نظام بيئي متكامل كما كان قبل ملايين السنين. ويحذر شال: "لو تحولت غروب ميسيل مرمى نفايات لقضي على مصدر فريد للمعلومات عن تطور العالم."

النصر للعلم! – برز مشروع تعبئة هذه الحفرة الثمينة بالنفايات للمرة الاولى في نوفمبر (تشرين الثاني) ١٩٧٥ عندما باعها ايتونغ بعشرة ملايين مارك (٥،٥ ملايين دولار) لمنظمة رمي النفايات في جنوب هيس، وهي مؤسسة عامة تابعة لبلدية مدينة دارمشتات وحكومة مقاطعة دارمشتات – دايبرغ. وقد وظفت هذه المنظمة ٣٠ مليون مارك (١٦ مليون دولار) من أجل بناء طرق للشاحنات وتجهيز الحفرة لطرح النفايات.

منذ ذلك الحين أصبحت غروب ميسيل محور معارك سياسية وإدارية وقانونية تشنها مجموعة من ٥٥ مواطناً محلياً انضم اليها لاحقاً أنصار "البيئة الخضراء" وعلماء من بلدان مختلفة. ويقول عالم الاحاثة ايلوين سيمونز من جامعة ديوك في دورهام بولاية كارولينا الشمالية الامريكية: "ذلك يشبه طمر البارثينون(٧) بالنفايات."

أخيراً أرصدت حكومة الولاية ٤٠ مليون مارك (٢٢ مليون دولار) لشراء غروب ميسيل وتعويض الاموال التي وظفتها منظمة رمي النفايات. وسحب الوزير – الرئيس هولجر بورنر القرار الاداري الذي أجاز للمنظمة تشغيل مرمى النفايات هناك. لكن المنظمة لجأت الى القضاء فخسرت الجولة الأولى وربحت الثانية. الا أن القانون المستحدث الذي تطالب فيه المدن والمقاطعات المعنية ببراهين قاطعة عن تكامل مشروع مرمى النفايات كان السبيل الى إنقاذ غروب ميسيل. ويرى بورنر أنه "وإن تعاظم الاضطراب السياسي والتحرك القانوني فلن تتحول غروب ميسيل مرمى نفايات أبداً. سنقاوم ذلك بكل قوانا الى أن تصبح هذه الحفرة أثراً حضارياً وطبيعياً بارزاً ودائم الانفتاح للاكتشاف العلمي."

جون دورنبرغ

(٦) Sandblasting

(٧) البارثينون هيكل أثري شهير في أثينا باليونان.

الحياة كالدراجة، اذا لم تتحرك سقطت. و.ف.



"أتشعر أحياناً بأنك مراقَب؟"



مؤسسة رعاية الطرائد

"أنا، شخصياً، أفضل طريقة
رن الجرس القديمة."



"عفواً، حسبتك صديقتي.


الطيور إن حكت
"عوا عووا"
"أرجوك، أنزليه يا عزيزتي.
حان له أن يتعلم العوم."
"أتعرف ماذا أشتهي
في هذه اللحظة؟ أن أشاهد فيلماً
سينمائياً على الهواء."
بدون تعليق.

المرصبان

حلوى شهرزاد


حلوى شرقية أغنت موائد الغرب
واعتبرها الاطباء طعاماً شهياً مفيداً للجسد

العسل والقرفة واللوز جزء من موسم الميلاد، تماماً كما هي النجمة وشجرة الصنوبر. لكن المرصبان يبقى أثمن حلاوى ذلك العيد: شهي عاجي اللون، يقطع في شكل كرات ويُصف على طبق مع تشكيلة من الحلوى والاطايب أو يقطع شرحات سميكة ويقدّم مع الشاي.

في ألمانيا الغربية ٥٠ منتجاً للمرصبان، يبيعون أكثر من ثلثي انتاجهم الذي يزيد على ٣٠ الف طن سنوياً، في الفترة بين شهري أغسطس (آب) وديسمبر (كانون الأول). والتشكيلة المعروضة تضم مرصباناً في قطع مستطيلة أو في أشكال حبات فاكهة أو في قوالب كاملة أو داخل حبات الشوكولاته المحشوة. وحتى الماضي القريب كان منتجوه يستخدمون في صنعه قوالب من خشب الاجاص أو السنديان أو الزيزفون. أما اليوم فان المرصبان المعدّ للبيع بالتجزئة (القطاعي) هو من انتاج الآلات حصراً.

المقومات التي يصنع منها المرصبان بسيطة. وتذكرها شهرزاد في حكايات "الف ليلة وليلة": لوز مطحون وماء ورد وسكر. أما المقادير "الصحيحة" فسرٌّ لا يبوح به أحد من المنتجين وربّات البيوت. ولكن معروف أن هريسته الطازجة يجب أن تحرّك بصبر فوق نار معتدلة، لأن النار القوية تجعل مادة البروتيين الموجودة في اللوز تتخثّر والسكر يتبلور بسرعة. لذلك





قوالب فنية
كانت تستخدم
لتشكيل المرصبان.

تقليد الطبيعة:
فاكهة مصنوعة من المرصبان.

يجب التأني في طبخه والاستمرار في تحريك المزيج على مهل ولمدة طويلة حتى تختلط نكهة السكر بنكهة اللوز الى درجة تقارب الكمال. بعد ذلك يترك المزيج ليبرد وهكذا يصبح المرصبان جاهزاً.

أمير اللوز – كان سعر علبة المرصبان في القرن الحادي عشر قطعة نقد بيزنطية تدعى "موتابان." ومع مرور الزمن أصبحت العلبة بما فيها تحمل هذا الاسم.

الصليبيون العائدون من الشرق نقلوا المرصبان الى أوروبا فأثنى عليه الصيادلة واعتبروه دواء نافعاً وراح الاطباء يصفونه لمرضاهم كطعام شهي مفيد للجسد. وهكذا راجت الحلوى وأقبل الناس على شرائها.

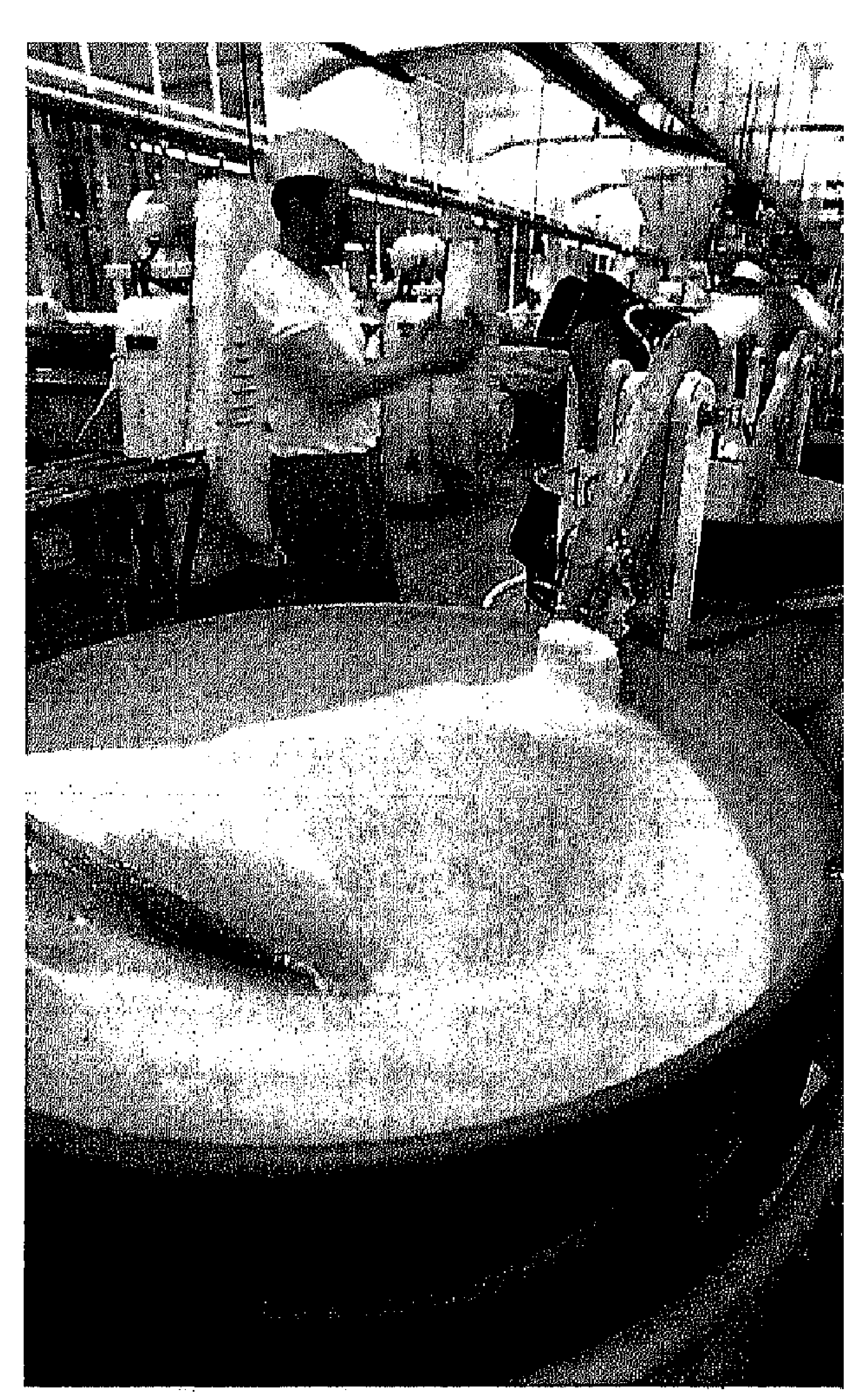
في نورمبرغ وبرسلو وامستردام والبندقية أصبحت هذه الحلوى شعبية حتى شملها المرسوم الذي حرم الكماليات. وفي الاحتفالات ومواسم الأعياد كان المرصبان يزيّن موائد الملوك، وكا يُسمح للنبلاء بتناول قطعة واحدة خضراء وأخرى بيضاء. وخلت موائد العامة والفلاحين من هذا الصنف.

وتفنن منتجو المرصبان في صنعه، فحضّروا منه قطعاً اعتبرت بحق روائع فنية. وجاء في وصف المؤرخين أنه في احتفالات السلام في نورمبرغ بعد حرب السنوات الثلاثين جُعلت قطعتان ضخمتان من المرصبان على طبقين عاليين. وفي البلاطات الملكية في أوروبا كان المرصبان المصنوع في اشكال طواويس واوز وبط وحتى فيلة، يُقدّم بعد الطعام. وذكر أن ٣٠ موسيقياً انبثقوا من أحد القوالب. وكانت هذه الحلوى تقدّم حتى في المآتم. ويروى أن الكونت رانتزو – بريتنبرغ من هامبورغ أوصى بصنع قالب مرصبان يزن سبعة كيلوغرامات كرمز للحِداد. فكان القالب بيضوي الشكل يحمل نعشاً أسود بين أربعة أهرام من السكر، محاطاً بأطفال من المرصبان يبدو عليهم الاسى.

في القرن السابع عشر كان نموذج مدينة القدس المصنوع من عجينة اللوز والسكر يزين موائد الامراء والنبلاء في موسم الميلاد. وروى الكاتب الالماني فيدور فون زوبلتيتز أنه تمشياً مع التقاليد كان النبلاء من العائلة المالكة يملأون الاطباق بالمرصبان ثم يقدمونها الى أتباعهم.

ولاضفاء جو ميلادي استخدم المرصبان لبناء قصر "سحري" يتوهج تحت نور وردي ويضم مئة برج. ويروي الاديب الالماني كليمنس برنتانو في قصيدة له عن "أمير اللوز" الذي صنعته إبنة الطباخ الصغيرة من عجينة اللوز.

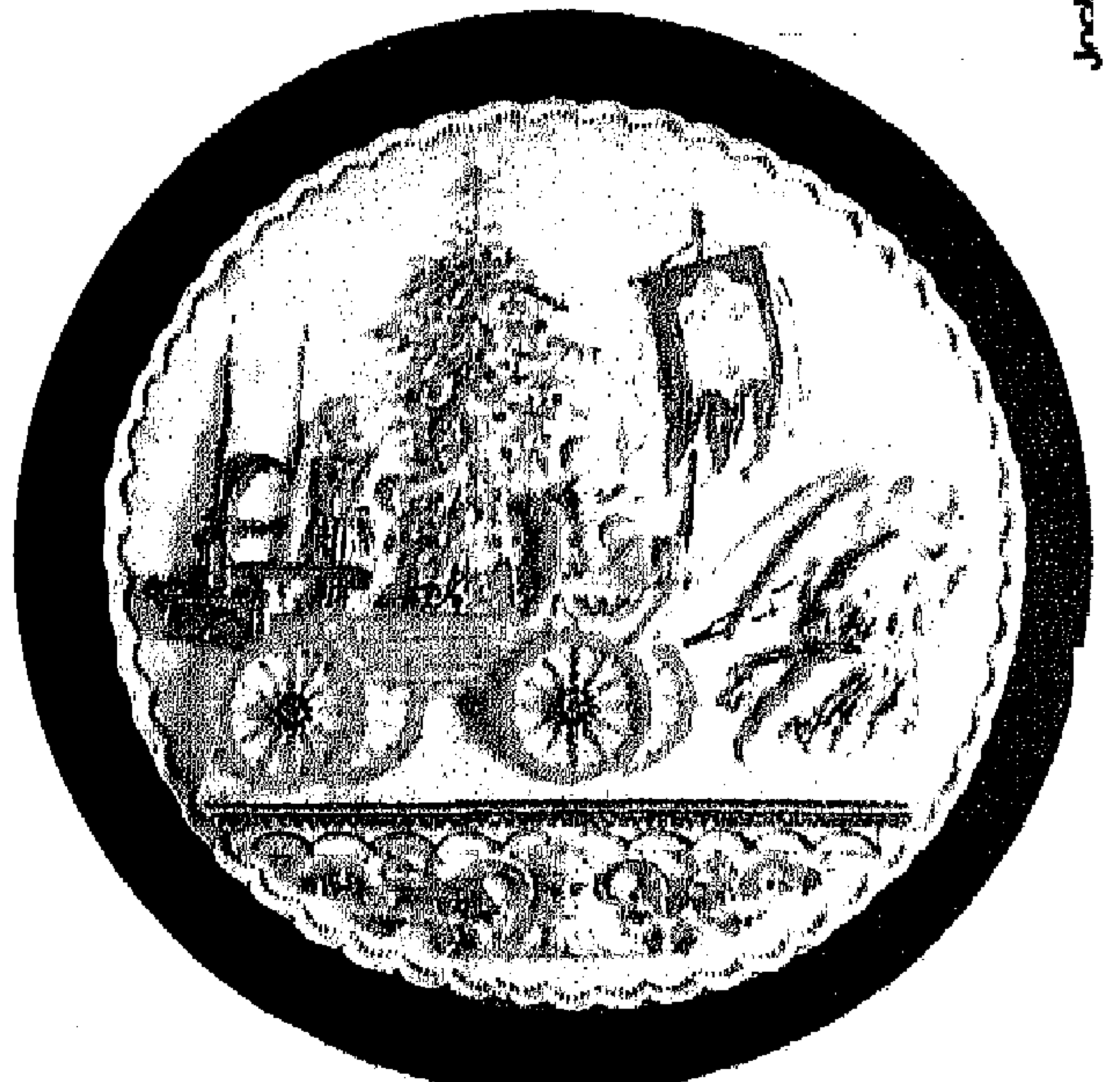
أوزّات القيصر – وصفات المرصبان المكتوبة بخط جد أبي في منتصف القرن الماضي تصف بدقة متناهية الموقد الصغير الذي بني بخمس قرميدات لصنع مرصبان كونيغسبرغ. ويبدو أن الحرارة غير المنتظمة في مواقد ذلك العصر كانت تضر بالحلوى. واليوم هناك فرق واضح بين مرصبان لوبيك ومرصبان كونيغسبرغ. كتب جد أبي: "مرصبان لوبيك يجب أن



تحضر عجينة المرصبان بمزج المقادير بدقة متناهية.

Jochen Knobloch

كمكة مرصبان تحمل شعاراً تاريخياً.



Ingo Wandmacher / Transglobe Agency



ما زال مرصبان لوبيك يزيَّن باليد.

اللوز والمرصبان هما المقومان الرئيسيان في هذه الكعكة المنزلية المزينة.



Christian Teubner

يظل طرياً ناصع البياض. أما مرصبان كونيغسبرغ فتغطيه قشرة صفراء."

وكانت هاتان المدينتان معروفتين بانتاج المرصبان. وفي لوبيك خصوصاً كان المرصبان جزءاً من موسم الميلاد. وفي المعارض الفخمة كان الحلوانيون يصنعونه في أشكال ملاعب ومدن. حتى القيصر كان يطلب على الدوام دزينة من الاوز مصنوعة من المرصبان بالحجم الطبيعي للطيور.

ويضيف صانعو المرصبان في لوبيك ما لا يزيد على ٣٠٠ غرام من السكر الى ٧٠٠ غرام من عجينة اللوز وماء الورد. وهذا العيار معروف بمزيج ٣٠/٧٠. ولا تسمح جمعية لوبيك للمرصبان الممتاز بزيادة أكثر من ١٠٠ غرام سكراً اضافياً الى ٩٠٠ غرام من المزيج. والى ذلك فإن منتجي الصنف الرفيع يشترون اللوز من بلدان حوض البحر الابيض المتوسط. فلهذا اللوز المستورد قشرة أسمك ونكهة أقوى.

المرصبان الذي يحتوي على كثير من السكر هو قاس وأبيض كالثلج ويتفتت بسرعة. أما الانتاج المعد لنساء الطبقة الاريستوقراطية فلونه ذهبي وطعمه ناعم ورطب. ولقد وصفه الاديب الالماني توماس مان في روايته "بودنبروكس": "كأرغفة صلبة داخلها شهي ورطب."

وأثار المرصبان في نفس الكاتب الالماني تيودور ستورم ذكريات عن وطنه، خصوصاً في السنوات التي قضاها في المنفى. وهو روى عام ١٨٦٤ في كتابه "تحت شجرة الميلاد" قصة عائلة في بلد غريب تلقت شجرة صنوبر وعلبة مزينة. فصرخت الأم وهي تفتح الهدية: "اني أشم رائحة مرصبان!" وأخرجت من العلبة أشكالا من الطيور والحيوانات وهتفت: "انه الميلاد حقاً!"

سيبيل، كونتيسة شونفلت



زهرة الاربعين

بلغت احدى البائعات في متجر سن الاربعين. وعلى سبيل المزاح علق في مدخل المتجر علمان كبيران كتب عليهما: "اليوم عيد مولد زهرة. لقد بلغت الاربعين." وما زاد في مضضها أن زميلاتها علقن على صدورهن طوال النهار بطاقات كتب فيها: "أنا لست زهرة."

هـ.ب.

موظفة لبقة

يواجه موظفو شباك التذاكر في المسرح تحديات شتى من الجمهور. وذات يوم راح زبون ساخط يردد صائحاً: "لا تذاكر، هيه؟ ماذا يعني ذلك؟ لا تذاكر؟"

فابتسمت له الموظفة بعذوبة وأجابته: "آسفة يا سيدي. ولكن أياً من الكلمتين لم تفهمها؟"

ك.س.



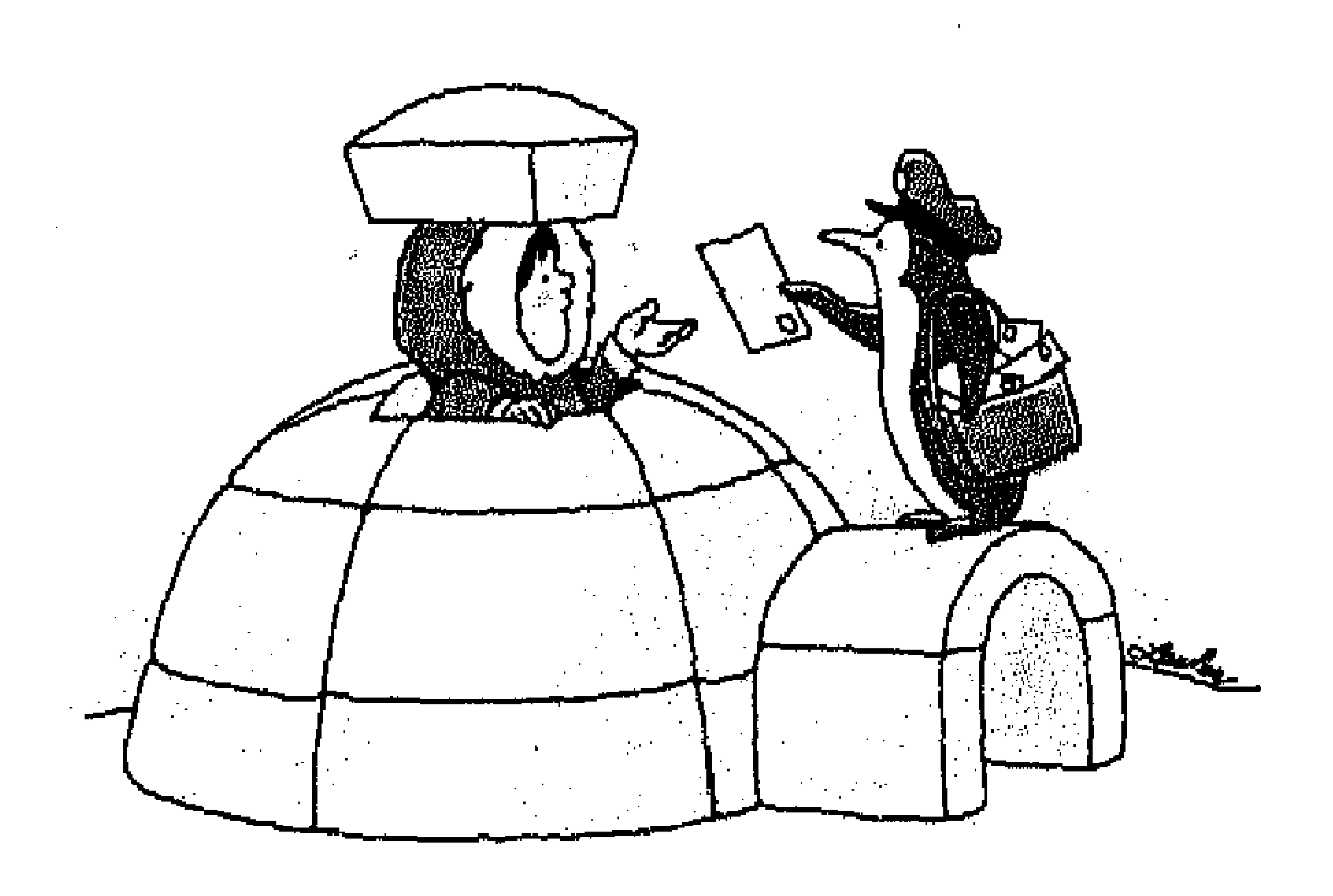
مرونة ألمانية

اعتمدت ادارة مخزن ألماني غربي نظام "الدوام المرن". ويقول مديرو المخزن في ميونيخ ان هذا النظام اعطى نتائج مرضية لانه يمنح المستخدمين حرية انتقاء ساعات عملهم بشرط أن يؤمّنوا حداً أدنى من الساعات في السنة. ولوحظ ان المستخدمين يحضرون جميعاً عندما يكثر الزبائن، لان المخزن يدفع عمولة مبيع علاوة على الراتب.

صحيفة "وول ستريت"

نفايات افرست

أكوام النفايات التي يتركها متسلقو جبل إفرست تشغل السلطات النيبالية. فالنيبال والصين، على جانبي الجبل الذي يعلو ٨٨٤٧ متراً، تحظران على المتسلقين ترك فضلاتهم على إفرست وسواه من الجبال. ولما كان إفرست يجتذب المزيد من البعثات سنوياً، يفيد المتسلقون من تكاثر المعدات المرمية. وتشمل البقايا خيماً وقوارير أوكسيجين ومعلبات ومواقد غاز وأواني وصحوناً وسلالم ألمنيوم ملوية وأكياس نايلون ممزقة وحطام مروحية لسلاح الجو الايطالي سقطت في العام ١٩٧٣.



منذ العام ١٩٨٣ يطلب من فرق التسلق استخدام عشرة حمالين إضافيين لازالة النفايات من جميع المخيمات قبل الرحيل. ويرافق كل بعثة ضابط ارتباط تعينه الحكومة النيبالية ليتأكد من تنفيذ تعليماتها.

وكالة "رويتر"

ساعة بحرية

في مدينة نانسي بفرنسا ساعة تعمل بواسطة سمكة. وهي موضوعة في مدخل حوض الحيوانات البحرية (أكواريوم) في المتحف الحيواني بالمدينة. للساعة ميناءان، واحد يعمل بالكوارتز وآخر يتصل بخزان كبير فيه سمكة رمادية من نوع بلفيغور يبلغ طولها ٤٠ سنتيمتراً. واختصاص هذه السمكة ارسال نبضات كهربائية تلتقطها ثلاثة أقطاب (إلكترود) مثبتة في جوانب الحوض الذي تسبح فيه السمكة. فيتم تسجيل الاشارات وتضخيمها وتنظيمها كي توجه رقاص الساعة وتوقّت الثواني. وتتحرك العقارب بقوة بطارية كهربائية.

صحيفة "لو ماتان"، باريس

الكوكايين:

اكتشافُ دَواء ضدّ الإدمَـان

اكتشافات مذهلة أظهرت للعلماء طريقة تأثير الكوكايين في الدماغ وأسباب ادمانه نفسياً وجسدياً والعلاجات الكفيلة بتخليص ضحاياه من براثنه الرهيبة

بعد يوم واحد من وفاة نجم كرة السلة الامريكي لين بياس بسبب الكوكايين، ملأ المروجون الشوارع وفي حوزتهم نوع جديد من المخدّر أطلقوا عليه اسم "كوكايين لين بياس." لم يتورعوا عن استخدام الموت كوسيلة اعلان جديدة: "لدينا كوكايين لين بياس."

تجارة الكوكايين التي يقدّر حجمها حالياً بمليارات الدولارات، تخلّف ألوف النفوس المحطمة ومشاكل طبيّة جمّة تراوح بين تلف في القلب واضطرابات رئوية وأخرى عقلية حادّة ووفيات لا تحصى. ولأن الكوكايين يعطّل الشعور بالحاجات الطبيعية كالجوع والنعاس والرغبة في الجنس، فإنه يخدع العقل ويوهمه بأن لا خطر هناك.

وفيما الانباء المحزنة تنمو وتتعاظم، ثمّة اكتشافات مثيرة في ميدان كيمياء الدماغ تشير الى امكان اكتشاف علاج يشفي من ادمان الكوكايين وربما غيره من المخدرات أيضاً. والحاصل أنّ أربع جماعات منفصلة تستخدم مناهج وأساليب مختلفة توصلت الى الحل ذاته: دواء يعالج اختلال الدماغ الناتج من الكوكايين ويقضي على حاجة المدمن الى مزيد من المخدّر.

Illustration: Rob Wood

الدكتور فورست تنانت. الأمل الذي بعثته الادوية الجديدة وُلد على يدي عالم العقاقير والطب الداخلي فورست تنانت مدير "المشاريع الصحيّة المشتركة" في ولاية كاليفورنيا. ففي العام ١٩٨١ لاحظ تنانت ازدياداً مثيراً في عدد مدمني الكوكايين الذين أتوه للمعالجة وكان معظمهم يردد القول نفسه: "أنا لا أكفّ عن المحاولة يا دكتور، لكنني لا أستطيع التوقف." وهم كانوا جربوا طرقاً عدة مثل العلاج الذاتي ضمن الجماعة والاستعانة بالاختصاصيين ودخول المستشفيات، ولكن من دون طائل.

في ذلك الوقت كان الكوكايين ما زال مصنفاً لدى الجسم الطبي كعقار يسبّب الادمان النفسي وليس الجسدي. وهكذا اعتبر العلاج النفسي الطريق الوحيد الى الشفاء.

لكن الشك بدأ يساور تنانت في أن الكوكايين ربّما سبّب ادماناً جسدياً أيضاً، وعليه فربما أمكن ايجاد الدواء الشافي الذي يخلّص المدمن من حاجته الملحة الى مزيد من المخدّر.

المدمنون الذين كانوا يترددون على تنانت للمعالجة ذكّروه بالاولاد المفرطي النشاط الى حد مَرَضي، فقرّر أن يعالجهم بطريقة مماثلة. وكتجربة، وصف لكل منهم دواء مختلفاً من بين الادوية الموصوفة لعلاج النشاط المفرط المَرَضي. لكن الكوكايين كان متوافراً لهؤلاء المرضى خارج المستشفى وفي متناولهم. ولم يقووا على مقاومة اغراءاته ممّا أشعر تنانت بالاحباط.

وبعد ظهر أحد الايام حمل اليه أحد المرضى، وكان في الرابعة والثلاثين ويدعى جو خبراً مدهشاً: "هذا الصباح يا دكتور، عرض علي أحد أصدقائي جرعة، لكنني لم أرغب فيها اطلاقاً. واكتفيت بالنظر اليها!"

وجو هذا كان يتناول دواء اسمه "ديسيبرامين" وهو واحد من مجموعة عقاقير مضادة للكآبة والخمول تدعى "تريسيكليك" (أي ذات الدورات الثلاث) نسبة الى الحلقات الثلاث في تركيبها الكيميائي. وهو كان قبلا يعمل سائق شاحنة، لكن إدمانه الكوكايين تسبّب في حادث اصطدام فبات عاطلا عن العمل. وعندما تعرّف الى الدكتور تنانت كان يتلقى إعانة من الانعاش الاجتماعي لم تكن تكفيه لسد حاجته المكلفة الى الكوكايين (١٠٠ دولار في اليوم) فراح يروج المخدرات. وواصل جو تناول الديسيبرامين يومياً فبقي "نظيفاً."

أخضع تنانت مرضى آخرين للعلاج ذاته، فمنهم من استفاد وخفّت حاجته الى المخدر ومنهم من لم يستفد. لكن تنانت شعر بأنه في الطريق الصحيح إذ ظهر له ان إدمان الكوكايين يتأثر بالدواء ولذلك تابع تجاربه.

الدكتور جيفري روسكان. في السنة التالية جلس جيفري روسكان، الطبيب النفساني الشاب في مانهاتن بنيويورك، يصغي الى مريض راح يصف له حاله: "لا بد من أن في الكوكايين الذي أتعاطاه خللا أو علّة ما، فهو لم يعد يحدث فيّ أي تأثير."

فرد روسكان: "أخبر المروّج بذلك. لماذا أتيت الي؟"

وبخلاف تنانت الذي كانت له أكثر من ١٥٠ دراسة منشورة حول سوء استعمال المخدرات، كان روسكان قليل الالمام بهذا الموضوع، وكل ما يعرفه عنه يعود الى أيام الدراسة الجامعية وبعض المحاضرات حول العقاقير "المنعشة." وهو كان ميالا الى الأخذ بالحكمة التقليدية في أن الكوكايين ليس اكثر تسبباً في الادمان من رقائق البطاطا. وانصبّ اهتمامه على سلوك أفراد الفئة "أ" بالنزعة التنافسية والتوتر والميل الى الكآبة. وذلك كان موضوع بحثه في مركز كولومبيا الطبي بنيويورك.

بعد أسبوع عاد المريض نفسه الى الدكتور روسكان وأخبره: "بما أن الكوكايين لم يعد يوفّر لي النشوة فانني سأتوقف عنه." وهذا المريض كان رئيس شركة اتصالات وذا شخصية تنطبق على الفئة "أ". وكان على امتداد سنوات يتناول ما يراوح بين ثلاثة وخمسة غرامات من الكوكايين في الاسبوع.

بعد بضعة أيام ذكر مريض آخر من الفئة نفسها ويعمل مدير اعلانات، أنه هو أيضاً فقد شهيته للكوكايين ممّا أدهش روسكان ودعاه الى اعادة النظر في تاريخ المريضين. كان كلاهما يعاني كآبة مرَضية، لذا وصف لهما دواء يعرف بـ"اميبرامين" وهو من فصيلة "تريسيكليك" وقريب جداً من الديسيبرامين. فهل للدواء تأثير في حاجة المدمن الملحّة الى الكوكايين؟

أثار هذا الامر فضول روسكان فأكب على الكتب يطالعها. وهو صعِق عندما وجد أن بعض الدراسات التي أجريت على الحيوانات في السبعينات وأغفلها الباحثون أثبتت بوضوح أن الكوكايين يسبب الادمان الجسدي. والواقع أنه أكثر العقاقير على الاطلاق تسبباً فيه. فتعاطي الكوكايين يسبّب اختلالا في التوازن الكيميائي داخل الدماغ ويؤثر في ثلاث من وسائط الارسال العصبية أو المنشطات الكيميائية(١) وهي الـ"دوبامين" والـ"سيروتونين" والـ"نوريبينفرين." وللثلاث علاقة بالكآبة.

بدأ روسكان يصف الاميبرامين لجميع مرضاه من مدمني الكوكايين المزمنين. وأضاف اليه حمضين أمينيين، "تريبتوفان" و"تيروزين"، وهما المادتان الاساسيتان اللتان تتشكّل منهما وسائط الارسال الثلاث. وفي المؤتمر العالمي للطب النفساني الذي عقد في فيينا في يوليو (تموز) ١٩٨٣، قدّم روسكان النتائج التي حصل عليها من خلال اثني عشر مريضاً دام علاجهم عشرة أسابيع، وكان سبعة منهم توقفوا تماماً عن تعاطي الكوكايين فيما انخفض تعاطي الخمسة الباقين الى أقل من النصف، وجميعهم أفادوا أن الدواء أعاق شعورهم بنشوة الكوكايين وخفّف من حدّة طلب الجسم للمخدر.

وعلى رغم الشكوك التي أبداها المؤتمرون فقد عاد روسكان الى بلده وافتتح مركزاً لمعالجة ادمان المخدرات هو الاول في الساحل الشرقي للولايات

(١) Neurotransmitters — chemical activators

المتحدة. وأصبح خلال سنة واحدة خبيراً بارزاً في موضوع الكوكايين ومديراً لمركز الابحاث والخدمات لمعالجة ادمان الكوكايين في المستشفى البرسبتيري في كولومبيا. وتوقف ٨٠ في المئة من مرضاه عن تعاطي الكوكايين.

الطبيبان فرانك غوين وهربرت كليبر. ذات مساء من شتاء ١٩٨٢ أمضى الدكتور فرانك غوين ساعات طويلة في غرفة الطوارىء بمستشفى ييل في نيوهيفن بولاية كونتيكت، مع طالب ذي نزعة انتحارية بسبب حاجته الملحّة الى الكوكايين. وكان غوين أنهى دراسة الطب وبدأ يتخصص بعلم التأثير النفساني للعقاقير(٢). وهو شعر بأنه ربما كان لمعاناة ذلك الشاب أساس متعلق بكيمياء الاعصاب.

بعدما خلت غرفة الطوارىء عاد غوين الى دراسات حول الكوكايين أجريت على حيوانات. وأذهلته الاستنتاجات القائلة بأن مراكز المتع الحسيّة في دماغ الجرذ تصبح أقل حساسية وتأثراً مع التناول المزمن للكوكايين. وبدا أن الدوبامين هو واسطة الارسال العصبي التي تسبّب الشعور بالنشوة. والافراط في اثارة جهاز الدوبامين بواسطة الكوكايين يخمده ويضعفه.

خرج غوين بنظرية ان ذلك هو السبب الذي يجعل متعاطي الكوكايين أقل استجابة للمتع الطبيعية، من الجنس الى مراقبة شمس المغيب. وعبّرت احدى النساء عن ذلك: "من دون الكوكايين يبدو كل شيء رمادياً."

كان غوين يعلم أن الاطباء النفسانيين يعالجون الكآبة المرَضية بواسطة المنعشات من فصيلة "تريسيكليك" وذلك لشحذ مقدرة مراكز المتعة في الدماغ على الاحساس. وتساءل عما اذا كانت تلك العقاقير قادرة أيضاً على تخفيف وطأة الانعدام المزمن للاحساس بالمتعة بسبب الكوكايين(٣).

حمل غوين افتراضه الى الطبيب النفساني هربرت كليبر مدير وحدة معالجة "إساءة استعمال المواد" في ييل. فأثار الموضوع اهتمامه. وصمّم الطبيبان دراسة تناولت أربع مجموعات من مدمني الكوكايين: المجموعة "أ" أعطي أفرادها مادة الـ"ليثيوم"، والمجموعة "ب" أعطي أفرادها "مثيلفنيديت." والعقاران ليسا من عائلة التريسيكليك لكنهما يضبطان المزاج. أما المجموعة "ج" فلم يتلق أفرادها أي علاج، بينما أعطي أفراد المجموعة "د" عقار الديسيبرامين.

يتذكر غوين أن أحداً لم يتجاوب في البدء. ولكن في الاسبوع الثالث ظهر انخفاض مثير في تعاطي الكوكايين بين أفراد المجموعة التي كان أفرادها يتناولون الديسيبرامين. وكان طلب منهم أن يقوِّموا توقهم الى الكوكايين بحسب مقياس مدرّج من صفر الى ٢٠. وجاء متوسط اجاباتهم في الاسبوع الأول ١٤. وما لبث هذا الرقم أن انخفض الى ٥ في الاسبوع الثالث ثم الى صفر في الاسبوع الرابع! أما بالنسبة الى انعدام الاحساس

---

(٢) Psychopharmacology

(٣) Chronic anhedonia

في خلية عصبية طبيعية (الصورة الدخيلة) تسبّب اشارة كهربائية (١) اطلاق وسائط ارسال عصبية مثل الدوبامين (٢) من حويصلات متشابكة في الخلية العصبية المرسلة (٣). وبعد اثارة وسائط الاستقبال (٤) في الخلية العصبية المتلقية (٥)؛ تعود هذه الرسولات الكيميائية عبر مضخّات صاعدة (٦). ولدى وجود الكوكايين (٧) تكون هذه المضخات الصاعدة مسدودة مما يطيل بقاء وسائط الارسال العصبية في الفتحة أو نقطة التشابك (٨) بين الخلايا العصبية. وهذا يشكل اثارة مفرطة لاجهزة الاستقبال - أي النشوة. ولكن في حال التعاطي المزمن للكوكايين ينفد مخزون وسائط الاستقبال العصبية التي لم تتم دورتها مما يحدث "الكآبة" ويسبّب توقاً ملحاً الى مزيد من الكوكايين.

بالمتعة، فجاءت إجابة احدى النساء نموذجية: "كنت أتظاهر بالشعور بالمتعة، أما الآن فإن شعوري حقيقي."

وفي مارس (آذار) ١٩٨٤، بتمويل من "المعهد الامريكي الوطني لمحاربة سوء استعمال العقاقير،" باشر غوين وكليبر دراسة إختبارية تستغرق ثلاث سنوات. وفيها أُعطي ٧٥ في المئة من مدمني الكوكايين المتطوعين جرعات كبيرة من الديسيبرامين. ويقول غوين ان النتائج الاولية "مشجعة جداً."

الطبيبان تشارلز داكيس ومارك غولد. في شتاء ١٩٨٤ كان الدكتور تشارلز داكيس مدير وحدة تقويم الامراض العصبية والنفسية في مستشفى فير أوكس في سميت بولاية نيوجرزي، فواجهته مشكلة غريبة مع مجموعة من المرضى كانوا أيضاً من مدمني الكوكايين. وكان الرجال بينهم يشكون من ازدياد أحجام صدورهم ومن العجز الجنسي. وكانت إحدى النساء تعاني ارتشاح حليب من حلمتيها. طلب داكيس اجراء فحوص

لهؤلاء لتحديد مستوى البرولاكتين(٤) لديهم. فأظهرت النتائج أنه مرتفع جداً حتى بلغت نسبته ١٠٠ (في بعضهم. وكان داكيس يعلم أن ارتفاع كمية هذا الهرمون تعني انخفاض نسبة الدوبامين.

أمر غريب آخر دعم هذه النتائج، إذ أفاد عدد كبير من طالبي رقم هاتف الطوارىء الخاص بأحداث الكوكايين والذي يتلقى اتصالات من جميع الولايات، ظهور بعض الاعراض لديهم تشبه الى حد بعيد أعراض داء باركنسن(٥) مثل الرجفة وبطء الحركة والتيبس والاكتئاب. ومعلوم أن داء باركنسن يستنزف خلايا الدوبامين. إلا أن الدراسات على الحيوانات أظهرت أن الكوكايين يسبّب ازدياداً في اطلاق الدوبامين. وهذا الازدياد هو الذي يسبب الشعور بالنشاط والخفة الخاص بالكوكايين.

وذات يوم سبت في شهر مايو (أيار) وقع داكيس في منزله على دراسة علمت بأمرها قلّة من الناس: أحد الباحثين الايطاليين واسمه ديجوليو وجد في العام ١٩٧٨ (أيضات دوبامين(٦) بنسب ملحوظة في دم جرذان أدمنت الكوكايين.

"وجدتها!" صرخ داكيس لزوجته، "لقد وجدت الحل لاحجية البرولاكتين. وربما أكثر."

ثم شرح لها نظريته: "الكوكايين هو في الحقيقة عقاران. واستخدامه على المدى القصير يعزّز الشعور بالمتعة. بينما استخدامه على المدى الطويل يلغي هذا الشعور ويؤدي الى الكآبة." وأضاف: "أعتقد أنه يعمل بالطريقة نفسها داخل الدماغ. ففائض الدوبامين الذي يطلقه الكوكايين يسبّب الشعور بالنشوة. إلا أن ذلك هو التأثير القصير المدى. أما على المدى الطويل، فإن فائض الدوبامين يؤيَّض ويُلفظ من الجسم مما يؤدي بالنتيجة الى نفاده. وهذا ما يسبب التوق الملح، لان الاعصاب المتلقية تروح تتوسل المزيد منه." (انظر الرسم المرفق.)

"ربما كانت الرغبات الملحة الأخرى بيولوجية أيضاً،" قالت له زوجته مارسي وهي اختصاصية بعلم النفس السريري.

حمل داكيس نظريته الى الدكتور مارك غولد مدير الابحاث في فير أوكس. وقرّر الرجلان أن يتحققا من صحتها عبر اعطاء دواء الـ"بروموكريبتين" لمريضين مدمنين. وهذا الدواء الذي يحاكي الدوبامين في مفعوله يستخدم في معالجة داء باركنسن وارتفاع مستوى البرولاكتين. وبعدما تناوله المريضان أفادا أن التوق الملح الى الكوكايين تبخّر خلال ٣٠ دقيقة.

أجرى العالمان بعد ذلك تجارب على ١٣ مريضاً آخرين ووجدا أن البروموكريبتين تغلّب سريعاً على رغبتهم الملحّة والفورية في الكوكايين. على أن هذه الرغبة ربّما عاودت المدمن بعد أشهر أو حتى سنوات من الانقطاع. ترى هل يساعد البروموكريبتين في التخلص حتى من هذا التوق؟

لم يكن داكيس وغولد يملكان الاجابة

(٤) البرولاكتين هرمون تفرزه الغدة النخامية وينظم افراز الحليب في الثدييات.

(٥) هو الشلل الرعاشي.

(٦) Dopamine metabolite. والايضة مادة ناشئة من الايض اي التفاعلات الكيميائية في الخلايا الحية.

عن هذا السؤال لان عملهما كان يتم داخل المستشفى. لكنهما شجّعا الدكتور تنانت من كاليفورنيا على متابعة البحث.

فتح مهم – في أكتوبر (تشرين الأول) ١٩٨٥ توصل تنانت الى ما سمّاه "العلاقة بين الكوكايين وداء باركنسن." وهو كان يعاين مرضى شديدي الادمان ذكّروه على حدّ تعبيره "بالاطفال المفرطي النشاط المصابين بداء باركنسن وذلك لعصبيتهم وسرعة اهتياجهم." فجعل سبعة منهم يتناولون الـ"أمانتادين" وهو عقار يستخدم في معالجة داء باركنسن. وبعد ساعة من تناول الجرعة الاولى قال له أحد المدمنين باندهاش، وكان شاباً ولاعب كرة مضرب: "لا أشعر بالتوق الى الكوكايين، ولست مكتئباً!" وأظهر المرضى الآخرون ردّ فعل مماثلا.

في السنة التي تلت وصف تنانت الامانتادين لمئة مريض خارج المستشفى وجعلهم يتناولون أربع حبّات منه كل يوم لمدّة ثلاثة أسابيع. وهو قال: "عند كثيرين منهم توقّف التوق الى المخدّر منذ اليوم الأول وبات في وسعهم أن يأكلواويناموا على نحو طبيعي ولم يعودوا يشعرون بالاكتئاب." ولكن بعد حمية دامت ثلاثة أسابيع خشي بعض المرضى ألا ينجحوا في التخلص من الادمان، فوصف لهم تنانت الديسيبرامين أو الاميبرامين ذا المفعول الطويل الأمد مقروناً بالاحماض الامينية. والى ذلك خضعوا لبرامج ارشادية وتربوية حول موضوع المخدرات.

منذ بدء برنامج المعالجة في اكتوبر (تشرين الاول) ١٩٨٥ نجح ٧٥ في المئة من المرضى الذين تلقوا علاج الدكتور تنانت في التخلص من الادمان. وهو يقول: "يبدو أن كثيرين غيرهم سينجحون في التخلص نهائياً من الادمان من دون الاستمرار في تناول العقاقير او متابعة علاج نفساني." لكنه يستدرك: "الخطر الكبير يكمن في أن يقنع الواحد منهم نفسه بأنه شفي ومن ثمّ يقدم على تناول الكوكايين مرة واحدة فقط، وهي كافية لايقاعه مجدداً في شرك الادمان."

ويخلص تنانت الى أن "هذه الادوية تشكّل فتحاً مهماً في معالجة الادمان. ولقد وجدنا السبيل الى اعادة التوازن الى الدماغ، ونأمل أن تساهم هذه المعلومات في ايجاد العلاج لانواع أخرى من الادمان. وفي وسع أطباء الصحة العامة والطب الداخلي والطب النفساني أن يستخدموا هذه الادوية. وأهم ما يمكننا ان نفعله الآن للتخلص من هذا الطاعون هو أن نجعل هذا الدواء الواعد والرخيص في متناول الجميع."

بيغي مان

الزوجة والأمر الواقع

بادرت المرأة زوجها العائد بالآتي: "نحن مدعوان الى العشاء عند الجيران. لديك ثلاثون دقيقة كي تتهيأ للذهاب وتجادل في آن!"

ج.ب.



دار "جين" للنشر: ٨٩ عاماً من النجاح

بدأت الدار بكتاب "السفن الحربية" فتحقق حلم صبيّ خاض معارك بحرية على جسر القرية أما اليوم فالدار تنشر حوليات بارزة تراوح مواضيعها بين المترو والمركبات الفضائية

جون تايلور شاب في الخامسة والستين ذو وجه طفولي. واذ يقلّب صفحات "تاريخ الطيران المصوّر" أحد الكتب المئتين والثلاثين التي ألّفها أو حررها، تبرز تواقيع مدونة على كثير من الصور.

ويشير تايلور باصبعه الى احدى الصور: "هذا رئيسي القديم في هوكر، السر سيدني كام مصمم طائرة "هوريكين."

Illustration: Will Davies

وهذا تومي سوبويذ. ايغور سيكورسكي. فرنك ويتل. دوغلاس بادر. أولغ أنطونوف. تشاك ييغر." وتنظر بطرف عينك الى هذا الرجل المتواضع وتفكر: عجباً، انه احتكّ بعظماء الطيران.

هؤلاء المعارف الرفيعو المستوى ليسوا خارجين عن المألوف في دار "جين" البريطانية للنشر التي شغل فيها مهندس الطيران جون تايلور منصب رئيس تحرير أشهر كتاب في العالم حول الطيران: "كتاب جين للمركبات الهوائية في العالم" (١) . انه مجلد ثقيل يحتوي على قرابة مليون ونصف مليون كلمة وما يزيد على ألفي صورة ورسم. يقرأه القيمون على الطيران، من ضباط جويين وصانعي طائرات ومديري شركات طيران وربابنة وهواة طيران في العالم قاطبة. ثمنه ١٨٥ دولاراً ويعتبر أحدى الحوليات الخمس عشرة المرجعية التي نشرتها دار "جين" والمراوحة بين "السفن الحربية" التي ظهرت عام ١٨٩٨ و"دليل جين للطيران الفضائي" (٢) . وإلى ذلك ثمة ٥٠ كتاباً تنشر سنوياً وتتناول مواضيع عسكرية وشؤون نقل وتقارير خاصة جمعتها أقسام الإعلام في دار النشر وأقسام تسويق الدفاع ومجلة "الدفاع" الاسبوعية(٣) التي يشترك فيها ٣٥ الف قارىء من انحاء العالم.

في ديسمبر (كانون الاول) ١٩٨٥ كتب وزير الدفاع الهولندي يان فان هولنغن في العدد المئة من مجلة "الدفاع" الاسبوعية: "دار جين للنشر تحسن النوعية مئة مرة." وهذا الاطراء يعود في معظمه الى محرري الدار المتخصصين الذين يجمع بينهم ولع بالدقة ومعرفة موسوعية بمواضيعهم.

طلب من كريستوفر فوس رئيس تحرير مجلة "المدرعات والمدفعية" أن يتعرّف الى دبابة من صورة لا تظهر الا طرف ماسورة مدفعها فيما الشجيرات تغطي بقية أجزائها. فأعارها فوس نظرة عابرة وقال: "انها "ليوبارد" ألمانية من فئة مارك - ١." ثم أنعم النظر وأضاف: "انها على الارجح من طراز أ - ٣." ويستطيع فوس التعرف الى دبابات كثيرة بصوت محركها أو بآثارها.

أما أنطوني برستون محرر قسم الملاحة البحرية في مجلة "الدفاع" الاسبوعية، فكان ذات يوم يجول في أرصفة مرفأ مدينة طولون الفرنسية مع ضابط في البحرية الفرنسية. ومن خلال ثغرة ضيّقة بين سقيفتين اكتشف موقع سفينة حربية صغيرة لم يكن يُرى منها سوى الصاري والمدخنة. فقال: "آه، السفينة "جورج ليغ" راسية هنا." فدهش مرشده الفرنسي. ويقول برستون: "لم أعلمه يومذاك أني رأيت شقيقة هذه السفينة "مونكالم" قبل ثلاثة أيام في بريست شمال غرب فرنسا. الصاري والمدخنة أعلماني بطراز السفينة الحربية. ولم تكن بنيت آنذاك الا سفينتان من هذا الطراز، فعلمت أنها جورج ليغ بالتأكيد."

خطوط حمراء - هذه القدرة على التعرّف أتت نتيجة الدراسة المتواصلة

(١) Jane's All the World's Aircraft

(٢) Jane's Fighting Ships; Jane's Spaceflight Directory

(٣) Jane's Defence Weekly

للمحررين في دار "جين" الذين يعمل معظمهم في منزله. فالقبطان جون مور رئيس تحرير "السفن الحربية" يشغل مكتباً في سقيفة ضمن مزرعته في مقاطعة ساسكس على حافة مستنقع. وقد نثرت الصور على جدران المكتب واكتظت الرفوف بالوثائق والكتب البحرية. ويتمثل أحد كنوز مور بنسخة من العام ١٩٣٩ لمجلة "السفن الحربية" أهداها اليه والده في عيد ميلاده عندما كان صغيراً. وهو يقول: "سحرتني السفن مذ كان عمري ثماني سنوات." وفي السابعة عشرة من عمره انضم الى البحرية الملكية وخدم مدة ٢٥ عاماً كضابط في غوّاصة. وشغل منصب نائب مدير الاستخبارات البحرية في الاميرالية قبل أن يتقاعد ليصبح رئيس تحرير "السفن الحربية" عام ١٩٧٢.

وبسبب دقتها والسباقات الصحافية التي تنشرها ينسب الى "دار جين" للنشر انها تدير شبكة تجسس خاصة. لكن القبطان مور يؤكد ان الدار تجمع استخباراتها علناً من طريق التمحيص والتحقيق وتحليل مواد غير سرية من مصادر حكومية وعسكرية ومجلات هندسية وعلمية وصناعية وتقنية وصحف ومراسلين منتشرين في أكثر من مئة بلد.

أما الصور الفوتوغرافية فترد على الدار بالمئات. وقد أرسل الثوار الافغان لقطات لبندقية هجوم حديثة سوفييتية الصنع، فأعلمهم خبراء الدار ان البندقية رشاش غير معروف الى اليوم وهو شكل مختلف لرشاش "كلاشنيكوف AK74". وصور ربان طائرة نروجي غوّاصة سوفييتية جديدة قاذفة للصواريخ وهي عائمة على سطح الماء، فحصلت دار النشر على صور نادرة.

في بعض الأحيان تكون المواد غير المطلوبة خطرة الاستعمال. عام ١٩٨٥ أرسلت الى جون تايلور صور طائرة أرجنتينية ادعى المرسلون انه يستطيع نشرها ولم يذكروا أسماءهم. ولاحظ تايلور على الفور ان الصور سرية فأعادها الى اصحابها. ولو نشرها لأغاظ السلطات الارجنتينية.

وفي أغسطس (آب) ١٩٨٤ نشرت مجلة "الدفاع" صوراً التقطها قمر اصطناعي لحاملة طائرات ذات محرّك نووي قيد التشييد في مسفن بالبحر الأسود. وكان محلل في البحرية الامريكية يدعى صاموئيل لورينغ موريسون ارسل تلك الصور التي التقطها قمر التجسس الاصطناعي «KH-II» . واتهم موريسون في ما بعد بالتجسس لأنه زود الدار هذه الصور.

ويقول انطوني برستون محرر قسم البحرية: "لا نخوض عملنا هذا بقصد تعريض الأمن الوطني لاي دولة للخطر. فنحن لا نتجاوز عمداً الخطوط الحمراء وان تكن ضيقة."

معركة طويلة – ان المصادر الاساسية لمعلومات محرري دار "جين" هي الاتصالات الرفيعة المستوى التي يجرونها خلال رحلاتهم المنتظمة داخل البلاد وخارجها لزيارة المعارض وحضور المناورات العسكرية. ففي معرض الطيران الذي نظم عام ١٩٨٥ في

باريس، أمضى تايلور خمس ساعات يتحدث مع مهندسَي تصميم من مصانع الطائرات السوفييتية من نوعي "كاموف" و"أنطونوف." ويذكر تايلور: "تحدثنا حديث الند الى الند. وطلب مني مضيفاي أن أسألهما ما شئت لانهما واثقان بأنني لا أفشي سراً."

وتتمتع "جين" بسمعة رفيعة في الولايات المتحدة ايضاً. يقول هيو لوكاس مراسل مجلة "الدفاع" الاسبوعية: "ما ان أذكر اسم جين في الكابيتول أو البنتاغون(٤) حتى تفتح لي الابواب على مصاريعها."

مَن وراء هذه الدار التي اكتسبت هذا الاعتراف العالمي؟

ولد جون فريدريك توماس جين في ٦ اغسطس (آب) ١٨٦٥ وترعرع في أبوتري بمقاطعة ديفون. وبكلام أحد الذين دوّنوا سيرة حياته كان "ولداً شغوفاً بالسفن والحياة والرسم." ففي حداثته كان يشارك في "معارك بحرية" مع اخوته على جسر القرية مستعملا باروداً حقيقياً ونماذج لسفن حربية. وفي ما بعد في مدرسة اكستر، بلغ من اهتمامه بكيمياء المتفجرات ان جعل أحد أساتذته يكتب في تقريره السنوي: "أتوقع أن يخوض معركة طويلة... في اتجاه أو في آخر."

والاتجاه الذي اعتمده حمله الى لندن وهو في العشرين. فراح يكسب قوته من العمل كرسام في احدى المجلات. وما لبث أن أصبح مراسلا للشؤون البحرية في عدة صحف بارزة. فشرع يؤلف أول كتبه العشرين الغريبة ومنها "الى كوكب الزهرة في خمس ثوان" وهي رواية خيالية. واخترع أيضاً "لعبة جين الحربية البحرية" التي تشتمل على لوحة و٤٨ نموذجاً لسفن حربية استعملت لاكثر من نصف قرن في تدريب ضباط البحرية على فنون الحرب.

عام ١٨٩٦ بدأ العمل على الكتاب الذي اعدته داره وأطلق شهرتها: "السفن الحربية في العالم" والذي أصبح في ما بعد "كتاب جين للسفن الحربية." فأتى عملا مميزاً مليئاً بالتفاصيل التقنية والرسوم لنحو ألف سفينة حربية في ٤٢ بلداً. وان نسخة سليمة من هذه الطبعة الاولى التي بيعت عام ١٨٩٨ بعشرة شلنات وستة بنسات قد تباع اليوم بمبلغ ٢١٠٠ دولار.

وتبعت ذلك كتب عن البحريتين الروسية واليابانية فأضحت من الكتب الاكثر رواجاً عندما اندلعت الحرب الروسية - اليابانية عام ١٩٠٤. وعام ١٩٠٩، بعد مرور ست سنوات على طيران الاخوين أورفيل وويلبر رايت للمرة الأولى، أصدرت الطبعة الاولى من الكتاب الذي سمي في ما بعد "كتاب جين للمركبات الهوائية في العالم." فعرف نجاحاً فورياً إذ تضمن رسوماً للطائرات الواهنة الثلاثية الأجنحة وبعض الطائرات الغريبة في ١٦ بلداً.

ولما اندلعت الحرب العالمية الاولى عام ١٩١٤ استعمل الربابنة العسكريون كتاب "المركبات الهوائية في العالم" الذي بات يدعى "حولية الطيران الحربي" كأول كتاب تعريف بالطائرات.

(٤) الكابيتول مقر الكونغرس الامريكي، والبنتاغون مقر وزارة الدفاع الامريكية.

وبعد اخفاق محاولة جين الانخراط في البحرية، راح يحاضر في المسائل البحرية الى ان أوهنه الارهاق ومرض الانفلونزا فتوفي عن خمسين عاماً بنوبة قلبية في مارس (آذار) ١٩١٦. في ذاك الحين كانت الحوليتان اللتان أسسهما ترسختا. كذلك ترسخت عقيدته: "أبذل كل عناية ممكنة لمراعاة الدقة والحداثة."

تعليقات لاذعة – لو قدّر لفريدريك جين أن يرى الحوليات كلها التي تنشرها داره اليوم لأصيب بالدوران. فهي تضمّ كتباً حول السكك الحديد والنقل في المدن والسفن التجارية ومستوعبات الشحن والآليات العسكرية والاسلحة.

ما ان تنشر الطبعة الحالية من "السفن الحربية" في أغسطس (آب) حتى تبعث قرابة ٨٠٠ رسالة واتصال هاتفي لمطالبة المراجع المختلفة بتقارير جديدة وحديثة. وقبيل شهر يناير (كانون الثاني) تكون مجموعة من النصوص والصور والرسوم لأكثر من ١٥ ألف سفينة أصبحت جاهزة. وأخيراً تأتي المقدمة المهمة.

تقرير القبطان مور الذي يحوي قرابة ٢٠ الف كلمة ويضم معلومات عن بحريات العالم، يقرأه القادة البحريون والسياسيون والصحافيون والمحللون والمصممون البحريون في كل مكان. ويعاد طبعه في سجل الكونغرس الامريكي.

في ميدان الاخبار والتعليقات والتسجيلات التاريخية، لا تقدر منشورات "جين" بثمن. أراد الكاتب البريطاني وليم ستيفنسون ذات يوم أن يعرف المصير الذي آلت اليه الغواصات الالمانية البعيدة المرمى التي قيل إنها استعملت لفرار كبار النازيين. قال: "بعدما فتشتُ في محفوظات لا تحصى، وجدت القصة بكاملها في عدد خاص من منشورات جين."

لا شك في أن منشورات "جين" ستواصل الازدهار، كذلك حماسة محرريها. وفي استطاعة تايلور، كبير محرري الحولية البارزة، ان يتقاعد عما قريب، لكن لا نية لديه في الاعتزال. فطموحه هو كالعادة: "ان يكون كتاب السنة المقبلة أفضل من كتاب هذه السنة."

ولو كان فريدريك جين حياً لوافقه الرأي تماماً.

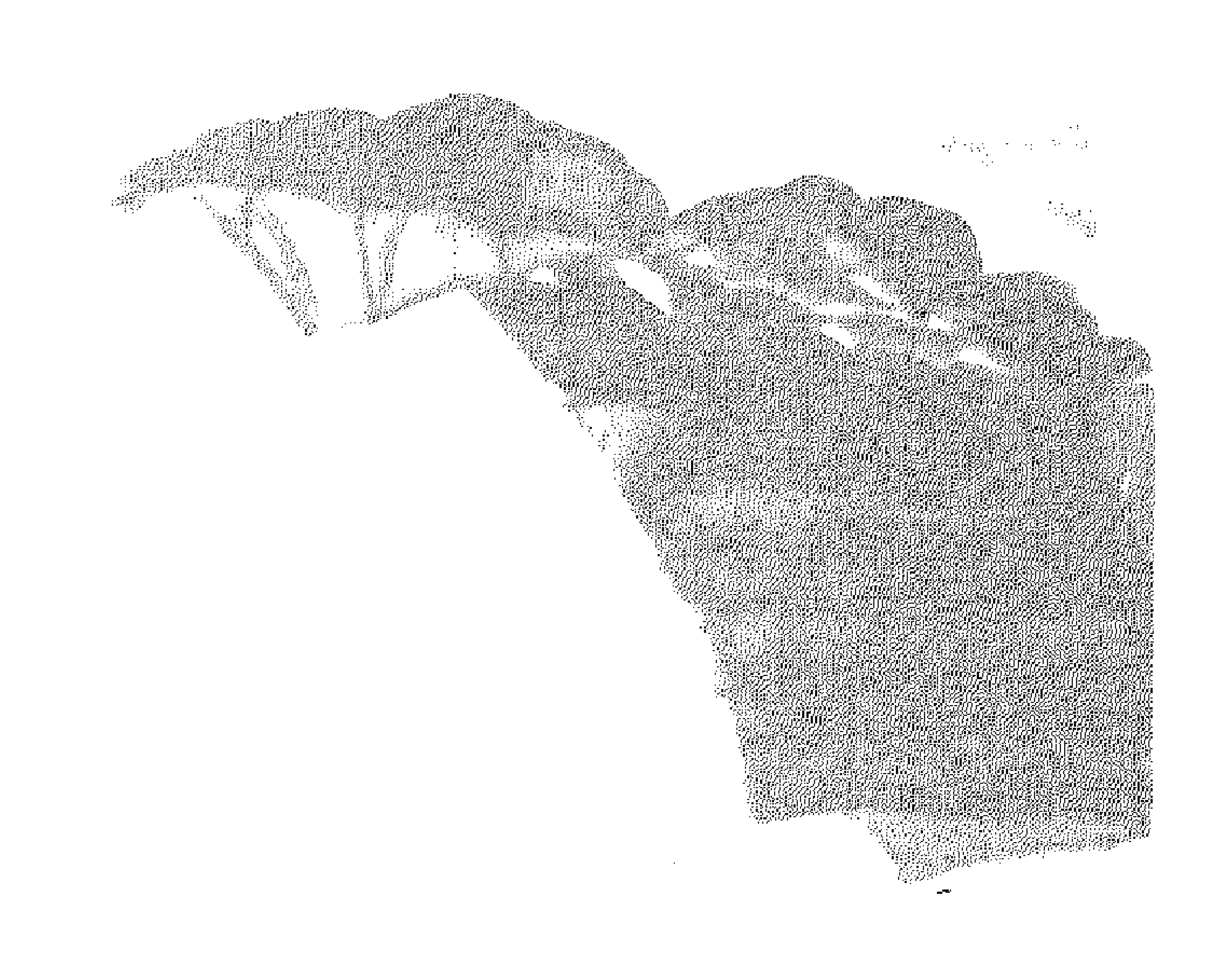
تشارلز سميث

قنبلة موقوتة

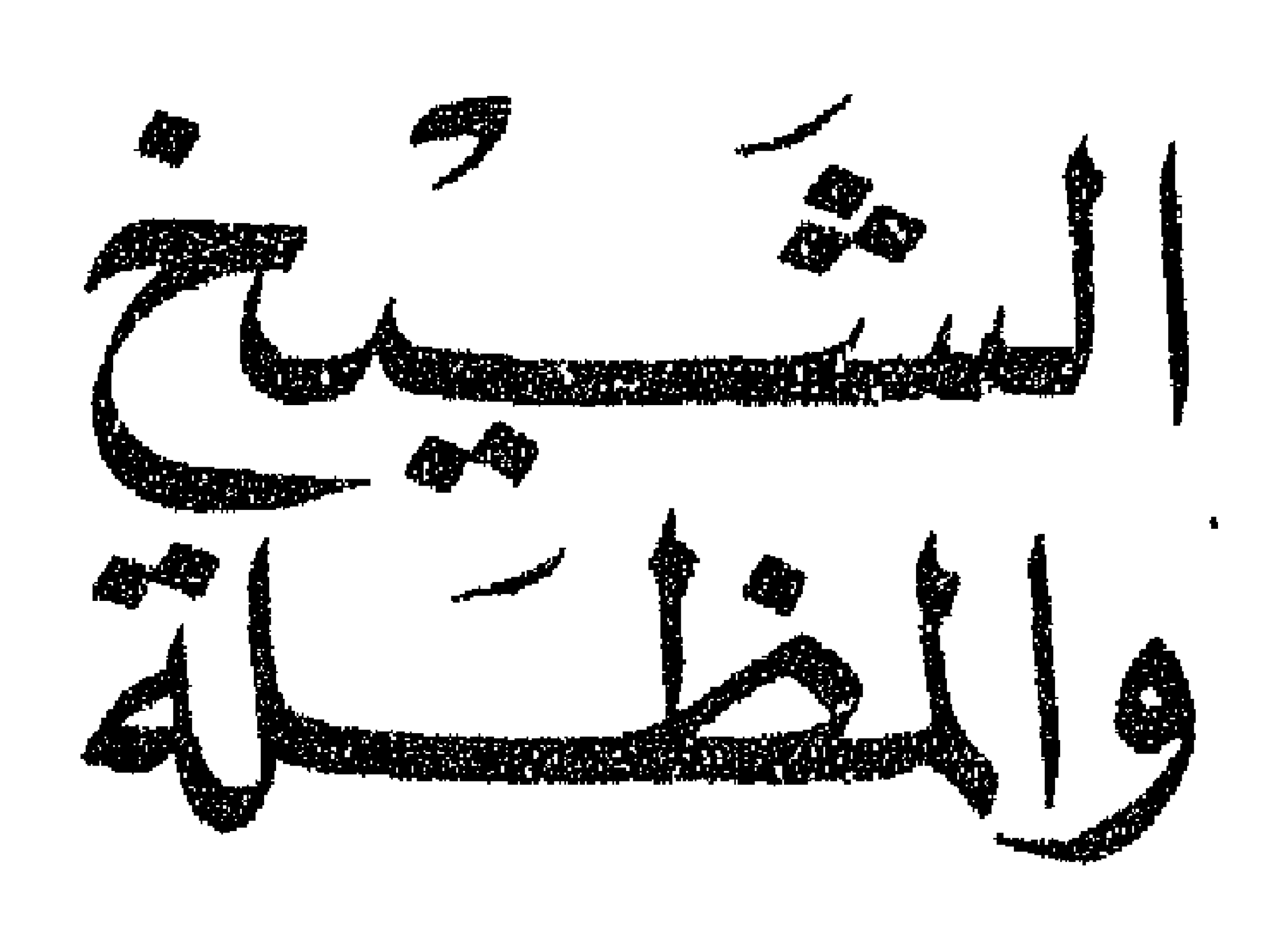
اشترى أحدهم كرسياً له ذراعان وظهر عال، وطلب من البائع أن يلفه بحيث لا تعرف زوجته ما تحويه الرزمة. وبعدما أمضى العامل ساعات في لف الكرسي، واستعمل في ذلك أمتاراً عدة من الورق والاشرطة وصندوقاً كبيراً. وضع الرزمة الضخمة في شاحنة التسليم.

وبعد ساعة عاد الرجل ودفع الى صاحب المتجر بطاقة وجدها مدسوسة تحت الشريط وفيها كتب العامل بخط واضح: "في السنة المقبلة اهدِ مجوهرات."

ج.١٠.







"لا تقلق، سيكون الامر في منتهى السهولة"

جلست إلى جانب الربان قرب الباب الايمن المفتوح في الطائرة. وكان مقياس الارتفاع المثبّت بالرباط الصدري في مظلتي يظهر أننا على ارتفاع ٧٠٠ متر وما زلنا نرتقي. ورأيت في الأسفل منطقة الهبوط التي تبعد بضعة كيلومترات عن كولومبيا بولاية كارولينا الجنوبية. أولست مجنوناً؟ ما الذي أفعله في السبعين من عمري اذ أتهيأ للقفز من طائرة للمرة الأولى في حياتي؟

أكنت خائفاً؟ لا، بل قلق قليلا. ترى هل سأتذكر الساعات الخمس من الدروس التوجيهية المكثّفة؟ كيف أخرج من الطائرة؟ كيف أعالج قبّة المظلة لأديرها يمنة ويسرة؟ كيف أتمايل لأهبط بهدوء؟

أشار مقياس الارتفاع إلى ٨٠٠ متر. لن يطول الأمر. هدير المحرّك يجعل

التكلم عسيراً، لكن أحداً منا نحن المبتدئين لم يشعر برغبة في الكلام. فالتفكير في أنك ستقفز في الفضاء يستحوذ على عقلك فلا تعود تفكّر في أمور تافهة كحساب الضرائب أو وجع الاسنان.

وهمس المدرب في أذني: "كيف تشعر؟"

– قلبي يخفق وحلقي جاف.

"لا تقلق. سيكون الأمر في منتهى السهولة."

يا لسخرية القدر! إبان الحرب العالمية الثانية كنت مدرباً على الملاحة، ولم أصطحب تلاميذي يوماً في طائرة تدريب إلا ووددت ألّا اضطر الى القفز منها بمظلة. فلم يكن أحد يثق بالمظلات. ثم ان أحداً لم يعلمنا طريقة استعمال تلك الآلات الغريبة. لذا كنا نكدس المظلات في زاوية من الطائرة آملين ان تستمر المراوح في الدوران.

وها أنا اليوم بعد ٤٠ عاماً أتهيأ مختاراً لمغادرة أمان الطائرة وائتمان النايلون والأشرطة المنسوجة لتهبط بي من غير أن أصاب بأذى. يا للجنون!

أشار مقياس الارتفاع إلى ٩٠٠ متر، فرحت أقول لنفسي: "هدّئ من روعك يا فتى، وتذكّر أن لك ثقة عمياء بأستاذ القفز الذي درّبك."

وراودتني فكرة معزّية. فأستاذ القفز ليس سوى ابني بورك. انه يعمل مستشاراً قضائياً للأمور الجنائية. أما في عطل نهاية الأسبوع فيدرب المبتدئين على الهبوط بالمظلة، اذ إنه شريك في ملكية نادي "لوغوف بارا فلايت" ورئيس المدربين فيه. وقد أدّى أكثر من ألف قفزة.

ولما أصبحنا على ارتفاع ألف متر علّق بورك طرف الحبل المتين بحلقة في أرض الطائرة والطرف الآخر بالمظلة. وهذا الحبل يفتح المظلة آلياً لدى مغادرة القافز الطائرة. انها فكرة رائعة في حال تجمّد الدم في عروق المبتدئ أو فقد وعيه من شدّة الخوف.

وارتسمت "ملامح لؤم" على وجه أستاذ القفز ثم صرخ: "الى الخارج!"

يا إلهي! أهي رحلة ضرورية؟ لم يسعني ان أجلب العار على نفسي وأحرج ابني. اقتربت من حافة الباب المفتوح وأخرجت يدي اليسرى لامسك الدعامة التي تمتد من بدن الطائرة الى جناحها مشكّلة زاوية من ٤٥ درجة. ثم وضعت قدمي اليسرى على المنصة الصغيرة التي تغطي عجلة جهاز الهبوط. بعد ذلك قبضت على الدعامة بيدي اليمنى وخطوت بقدمي اليمنى الى المنصة. ووقفت متشبثاً بالدعامة بكلتا يدي. كانت الريح عاتية. نظرت الى أسفل فلم أرَ سوى أراض زراعية. نزلت عن المنصة فأصبحت معلقاً في الفضاء ويداي متمسكتان بالدعامة. ورفع الهواء جسمي الى الوراء بزاوية من ٣٠ درجة تقريباً.

صرخ مدربي: "اقفز!"

فقفزت. ولا أدري كيف تذكّرت أن أقوّس ظهري وأنا أهبط مبسوط الرجلين ورأسي الى خلف.

سمعت صوت قبة المظلة وهي تنتفخ. ثم عمّت الفوضى لبضع ثوان، تلك الفوضى التي تعرف في مهنة الهبوط

بـ"صدمة الفتح." شعرت ببعض ارتباك وبفقدان حس المكان والزمان. الارض فوق. السماء تحت. أنا أترنح.

ثم خيّم سكون. نظرت إلى أعلى فرأيت قبة المظلة منتفخة في السماء. يا له من مشهد رائع. ثم نظرت الى أسفل. أين منطقة الهبوط؟

شددت وصلة التوجيه (★) اليسرى فوق رأسي. فأطاعتني المظلة واستدارت على محورها بزاوية من ١٨٠ درجة. ورأيت منطقة الهبوط أمامي وفي طرفها البعيد حظيرة بيضاء.

لم أكن أشعر بالسقوط. لكن مقياسي الارتفاع أشار الى ٦٥٠ متراً. فجأة بت فوق الحظيرة. فكان عليّ أن أستدير بسرعة لأهبط مع مجرى الريح. شددت الوصلة اليمنى واتجهت عائداً إلى الحقل. وخيّل إليّ أن الارض تقترب مني بسرعة مدهشة. ولما أصبحت على ارتفاع ثلاثة أمتار فوق العشب شددت الوصلتين بقوة فأحسست لبرهة وجيزة أنني معلق بلا حراك بين السماء والأرض. ثم هبطت رويداً رويداً وقد ضممت قدمي وركبتي. فكأنني قفزت من كرسي. لقد عاد الشيخ إلى الأرض الصلبة.

جمعت مظلتي. وبعد دقائق هبط بورك على بعد ٥٠ متراً أمامي. لقد انعكست الادوار. فأنا الذي علّمت الولد ركوب الدراجة والسباحة والتزلّج والملاحة البحرية. وها هو معلمي الآن. واني لواثق بأنني لم أكن لأضع نفسي بين يدي أستاذ سواه.

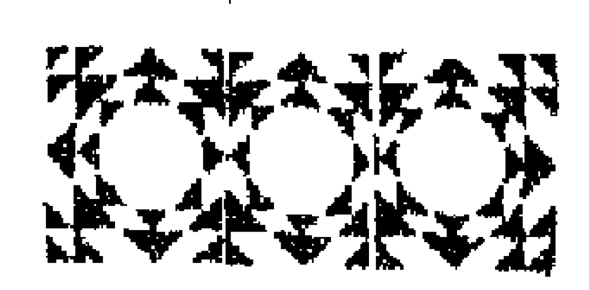
كان بورك يضحك: "بداية رائعة يا أبي!"

فأجبته وقد اعترتني موجة حنان: "كان الأمر في منتهى السهولة!"

في ذلك اليوم حدث أمر هو أهم شأناً من قفزي من الطائرة.

دونوفان فيتزباتريك

(★) Steering toggle



شاعر صغير

ذات صباح بدأتُ محاضرتي عن شاعر الطبيعة البريطاني وليم وردسوورث. وكانت احدى الطالبات أحضرت معها ابنها وعمره ست سنوات، اذ كان في اجازة من مدرسته الابتدائية. وبدا الصبي منهمكاً بالتلوين غير مكترث للبحث الجاري عن ايمان الشاعر بالتعلم من الطبيعة. وأوردت قصيدة نموذجية للشاعر يسخر فيها من علم الكتب ويعتبره "كفاحاً مملا لا ينتهي."

بعد اسبوعين اخبرتني تلميذتي ان المعلمة اتصلت بها مشتكية من أن ابنها يرفض تأدية فروضه المدرسية. ولدى سؤاله عن السبب اجاب ان المدرسة والكتب مضيعة للوقت وان جل مبتغاه هو انه يحمل حقيبته على ظهره ويذهب الى احدى الغابات لينظر الى الطبيعة.

ب.أ.



البطاقة المنقذة

كنت وصديقي في سيارته عندما اوقفه شرطي لتجاوزه السرعة القصوى. فناوله بطاقة هويته وسجل قيد السيارة ورخصة السَّوْق، ثم بطاقة صغيرة برتقالية. فضحك عندما رأى هذه البطاقة وأعاد اليه كل الاوراق قائلا: "كن حذراً ولا تخالف الانظمة." وتركنا ننصرف. فسألته: "ما هذه البطاقة البرتقالية؟" قال: "انها بطاقة "أخرج من السجن حراً" التي نستخدمها في لعبة المونوبولي."

ل.س.

طرد الذئاب

الطبيب النفساني: "لماذا لا تنفك تضرب الارض بقدميك؟"
المريض: "لأن هذا يمنع الذئاب من النيل مني."
الطبيب: "ولكن ليس هناك من ذئاب في هذه الانحاء."
المريض: "أترى ان طريقتي تعمل بنجاح؟"

ج.س.

حارس مناسب!

دخل على المدير رجل قصير القامة نحيف الجسم يطلب العمل حارساً. تفرّس فيه المدير من رأسه الى أخمصيه وقال له: "ان الذي نريده هو شخص جلود فائق السمع يقظ، شخص صارم مقدام يتحول شيطاناً لدى أدنى اشتباه." "حسناً،" قال الرجل، "سأذهب وآتي بزوجتي."

ن.غ.س.

جلسة الولادة

أثناء مراقبة ولادة طفل أوشك أحد طلاب الطب على الاغماء. فأوعز اليه الطبيب المسؤول بأن يجلس القرفصاء ويضع رأسه بين ركبتيه الى أن يشعر بتحسن. في تلك اللحظة دخل طالب آخر غرفة الولادة وجلس مع زميله متخذاً الوضع ذاته. وبعد دقائق همس متسائلا: "متى يُسمح لنا بالنظر؟"

م.ج.

ذنب الحصان

خلال امتحان شفهي في مادة العلوم قال المعلم لأحد تلاميذه الراسبين: "سأطرح عليك سؤالا واحداً وأخيراً، فان أجبت صواباً أعطيتك علامة ناجحة. والسؤال هو: كم شعرة في ذنب الحصان؟"
– ٣٥٣٨ شعرة يا أستاذ.
"وكيف عرفت؟"
– آسف يا أستاذ، فهذا سؤال ثانٍ.

ب.م.

لماذا يزيد الوزن
مع التقدم في السن؟
هنا نصائح تبقي
المرء رشيقاً
فيبدو أصغر من سنه

إنقاصُ الوزن يُصبح صعباً بعد الـ ٣٥

ان بقاء المرء ناحلا يزداد صعوبة على مرّ السنين. ففي التاسعة عشرة من العمر يكفيه، عادة، اتباع حمية على مدى أسبوع والاشتراك في حفلتين راقصتين لازالة كيلوغرامين اضافيين. أما في السن التاسعة والثلاثين فقد يبدو هذان الكيلوغرامان ملتحمين بالجسم.

لدى معظم الناس يزداد وزن الجسم مع التقدم في السن، وبمعدل نصف كيلوغرام سنوياً بعد الخامسة والعشرين. والراجح أن الوزن الاضافي مكوّن في الأصل من الأنسجة الدهنية وليس من العضل الهبر. لذا لا بدّ لمعظم الناس، ولاسيما

الذين تجاوزوا الثلاثين، من أن يكفوا عن التفكير في انقاص وزنهم ويبدأوا التفكير في انقاص كمية الدهن في أجسامهم. وهنا الاسباب:

• اذ نتقدم في السن يخفّ نشاط معظمنا وتبطىء سرعة الأيض الاساسي(١) قليلا كل سنة. وهكذا تخفّ حاجتنا الى الطعام الذي يولّد الطاقة، أي الى الوحدات الحرارية التي يحتاج اليها الجسم ليحافظ على وزنه. فقد يحتاج المرء الى ٣٥٠٠ وحدة حرارية يومياً في السن العشرين و٣٠٠٠ في الخامسة والثلاثين و١٨٠٠ فقط في الخمسين. فان لم يخفف من الوحدات الحرارية التي يتناولها أو يمارس التمارين الرياضيّة كلّما تقدّم في السن، زادت هذه الوحدات من الوزن الاضافي.

• ابتداء من العشرينات تنزع نسبة العضل في الجسم الى الانخفاض لمصلحة الدهن. فجسم المرأة المتوسطة في السن العشرين يحتوي على ٢٦،٥ في المئة دهناً. وفي الخامسة والثلاثين تصبح نسبة الدهن ٣٣ في المئة، وفي الخمسين تشهد ازدياداً مؤسفاً فتبلغ ٤٢ في المئة.

• كلّما تقدمنا في السن تقلصنا، ليس عرضاً لسوء الحظ بل طولا. ففي منتصف الثلاثينات نشرع نخسر من العظم أكثر مما نصنع. فاذا بنا أصحاب قامة متضائلة تحمل عبء وزننا، واذا بنا نبدو أسمن من السابق.

• كلّما كبرنا أصبح التمرين الرياضي أصعب علينا. فقد تبدأ عضلاتنا تفقد قوتها ومرونتها منذ العشرين. أما في الاربعين فتخف قوة القلب والرئتين وتتصلب المفاصل والاربطة ويصبح الجسم أكثر تعرضاً للاصابات.

عكس الشيخوخة – اليك الآن الخبر السار: يعتبر المعهد الوطني الامريكي للشيخوخة أن في استطاعة المرء وقف هذه التغييرات وابطاءها أو حتى عكسها من خلال التمرين الرياضي. واذا أضيفت الحمية المناسبة استطاع المرء أن يبدو شاباً رشيق القوام، وأن يشعر بذلك أيضاً. ويرى كنيث اليس رئيس مجموعة الفيزياء الطبية في مختبر بروكهافن الوطني في أبتون بولاية نيويورك، أن "المرء يبدأ بالانحدار بعد الخامسة والثلاثين، لكن سرعة هذا الانحدار أمر عائد اليه وحده."

تعتبر الرياضة المقاوم الأول للسمنة. فالنشاط يحرق الوحدات الحرارية (٣٠٠ وحدة أو أكثر خلال ساعة من المشي السريع مثلا). لكن الرياضة تزيد سرعة الأيض كذلك، ليس خلال التمرين فحسب بل بعده بساعات أيضاً. وفي هذا الصدد يقول الدكتور غيب ميركن الاستاذ السريري في كلية الطب بجامعة جورجتاون في العاصمة واشنطن: "ان الشخص الناحل النشيط يحرق يومياً ٦٠٠ وحدة حرارية أكثر من الشخص البدين البليد. والتمرين هو الطريقة الوحيدة التي تبقي الجسم رشيقاً على الدوام."

والتمرين يساعد في المحافظة على قوة العظم وينشط القلب والرئتين ويعزز

(١) Basal metabolism. والأيض أو الاستقلاب هو مجموع العمليات المتصلة ببناء البروتوبلازما واندثارها في الخلايا الحية.

صحة الجلد ويقوي الجسم على امتصاص الغذاء مهما تكن السن لدى بدء التمرين. فالشخص الرياضي الذي تجاوز الأربعين يتحمّل التمارين الحيهوائية(٢) بثبات أكثر من شخص متوسط في العشرين. يقول الدكتور ريتشارد ستاين مدير مختبر التمرين في جامعة نيويورك الحكومية: "ان ٩٩ في المئة منا لم يستغلوا طاقاتهم كلّها، لذا يمكننا أن نعكس عملية الشيخوخة ونصبح أفضل حالا على مرّ السنين."

ويضيف: "قد يفي المشي بهذا الغرض إن كان سريعاً ومتواصلا. كذلك السباحة وقيادة دراجة ثابتة والرقص الحيهوائي الخفيف، وذلك يتعب العضلات والمفاصل أقل مما يفعل الركض."

مشكلة ذات حدّين – عليك باستشارة طبيبك قبل مباشرة أي حمية أو برنامج رياضي. ومهما يكن التمرين الذي اخترته فيجب بدؤه على نحو بطيء (نحو ١٠ دقائق يومياً). وخلال مدة تراوح بين ستة أسابيع وثمانية تزاد مدة التمرين تدريجاً لتصل الى ٣٠ دقيقة، ثلاث مرات أو أربعاً في الأسبوع. وإن أحسست بضيق في الصدر أو التنفس أو بدوار أو غثيان، فعليك بالتوقف فوراً والاتصال بطبيبك.

للحصول على أفضل النتائج ابدأ باطالة مدة التمرين، ثم فكّر في زيادة حدّته. وان تحمست للرياضة وأردت أن تمارسها يومياً، اختر تمريناً آخر تمارسه مع الأول بالتناوب ويؤدي الى تنمية عضلات أخرى.

كلّما تقدمنا في السن أصبحت مشكلة وزننا ذات حدّين. فنحن، من جهة نحتاج الى عدد أقل من الوحدات الحرارية ونجد من اليسير خزن أي فائض. ومن جهة ثانية، قد تصبح أجسامنا أقلّ فاعلية في معالجة الطعام وامتصاص الغذاء منه. وهكذا قد يأكل شخص في الخامسة والاربعين كمية الطعام نفسها التي يأكلها شخص في العشرين، ومع ذلك يزداد وزنه وتقل نسبة امتصاصه الغذاء.

الحلّ: اتباع حمية غنيّة بالمغذيات. فالمأكولات الخفيفة، كالسكاكر والمرطبات ورقائق البطاطا، توفر غذاء قليلا مع نسبة عالية من الوحدات الحرارية مما يزيد الاذى على المسنين. لذا ينبغي لمعظمنا أن يأكل طعاماً دهنياً أقل (ليس أكثر من ٣٠ في المئة من الوحدات الحرارية المتناولة) وبروتيينياً أقل (١٠ الى ١٥ في المئة) ومزيداً من الكربوهيدرات المركّبة (٤٥ الى ٦٠ في المئة).

فالكربوهيدرات المركّبة الموجودة في الحبوب والبطاطا والخضر تزوّد العضلات الوقود الذي يحتاج اليه المرء للتمرين. وهي أيضاً مصدر ممتاز للالياف التي تساعد في تعجيل عبور الطعام الجهاز الهضمي مخففة امتصاص الوحدات الحرارية وملتقطة الدهن في طريقها بحيث يخفّ امتصاصه. وإلى ذلك تساعد الالياف في المحافظة على ثبات مستوى الأنسولين(٣) وتمنع خزن الدهن. كما يُعتقد أنها تخفف مستوى الدهن في الدم

(٢) Aerobic exercises

(٣) الانسولين هرمون يفرزه البنكرياس وينظم تأيض السكر في الجسم.

بما فيه الكولسترول. ولما كان غرام الكربوهيدرات المركّبة يحتوي على أربع وحدات حرارية في مقابل تسع وحدات في كل غرام من الدهن، ففي وسع المرء أن يتناول ضعفي الطعام اللذيذ ويحصل على العدد نفسه من الوحدات الحرارية.

نصائح للحمية – لما كان اتباع برنامج حمية على نحو مستمر لا يروق الناس، فان معظمهم يفضّل اتباع حمية تزيل الوزن بسرعة. هذه الطريقة ليست مضرّة بالصحة فحسب، بل ربما كانت محبطة للعزيمة أيضاً. فبعد يوم أو يومين من بدء هذا النوع من الحمية، يقرر الجسم أن مجاعة حلّت به، فيشرع يدافع عن نفسه بتخفيف سرعة الأيض الأساسي. وهذا بالضبط ما لا نريده. والأسوأ من ذلك أن معظم الوزن الذي نفقده خلال حمية سريعة مكوّن في الواقع من ماء وانسجة هبر وبعض الدهن.

وتبيّن الدراسات أيضاً أن المرء كلّما فقد وزنه بسرعة استعاده بسرعة. وأظهرت نتائج البحوث الحيوانية أن الحمية السريعة المفعول قد تنقص، في حال تكرارها، فاعلية الحمية التي قد يتبعها المرء في المستقبل. وقد أجرى كلي برونل من جامعة بنسلفانيا دراسة على جرذان اختبارية، فتبيّن أنه يلزمها خلال الحمية الأولى ٢١ يوماً لتفقد وزناً معيناً و٤٥ يوماً لتستعيده. أما خلال الحمية الثانية فقد استغرق فقدان الوزن نفسه ضعفي المدة التي استغرقها في الحمية الاولى، ولكن لزم الجرذان ثلث المدة لتستعيد ذلك الوزن.

لتلافي هذه الأخطار، لا تحاول أن تفقد أكثر من كيلوغرام واحد في الاسبوع. وفي اثناء تخطيط حميتك راعِ النصائح الآتية:

١. احسب كمية الوحدات الحرارية التي تحتاج اليها يومياً لتحافظ على وزنك الحالي، وذلك باللجوء الى الطريقة السهلة التي ابتدعها عالما النفس مايكل وكاثرين ماهوني: أضرب وزنك الحالي في ١٣ (ان كنت قليل الحركة) وفي ١٤ (إن كنت بليد الحركة) وفي ١٥ (إن كنت معتدل النشاط) وفي ١٦ (إن كنت كثير النشاط) وفي ١٧ (ان كنت محتدم النشاط). ثم اطرح ٥٠٠ وحدة حرارية من حاصل الضرب، فتحصل على كمية الوحدات الحرارية التي تحتاج اليها يومياً لتفقد نصف كيلوغرام اسبوعياً. وإن أردت أن تفقد نصف كيلوغرام آخر، فعليك بالتمرين ولكن لا تحسم مزيداً من الوحدات الحرارية. ويحذر الدكتور ميركن من مغبة اتباع حمية تنطوي على أقل من ١٢٠٠ وحدة في اليوم. فهذا الأمر نادراً ما يؤدي الى فقدان الوزن على نحو دائم، وهو يخفق حتماً في توفير العناصر الغذائية والحيوية التي يحتاج اليها متبع الحمية.

٢. تناول عدة وجبات صغيرة يومياً (ست وجبات كحد أقصى). فالدراسات تبيّن أن متناولي الوجبات الخفيفة المتكررة يزنون أقل من الذين يتناولون ثلاث وجبات يومياً.

٣. لا تفوّت طعام الفطور (ولكن اجعله صحياً وقليل الكولسترول) وإلّا أصبحت عرضة لأن تأكل أكثر مما ينبغي خلال النهار فتقلّ حيويتك.

٤. لتكن آخر وجبات اليوم خفيفة. فنحن عادة نصبح أقل نشاطاً في المساء فنحرق وحدات حرارية أقل.

٥. تنوّع الطعام ضروري لصحة جيّدة، ولكن اجعل خياراتك محدودة في كل وجبة. فالجوع قد يتجدد لدى رؤية طبق جديد، وهذا ما يعرف بعلة المائدة الشطائرية(٤).

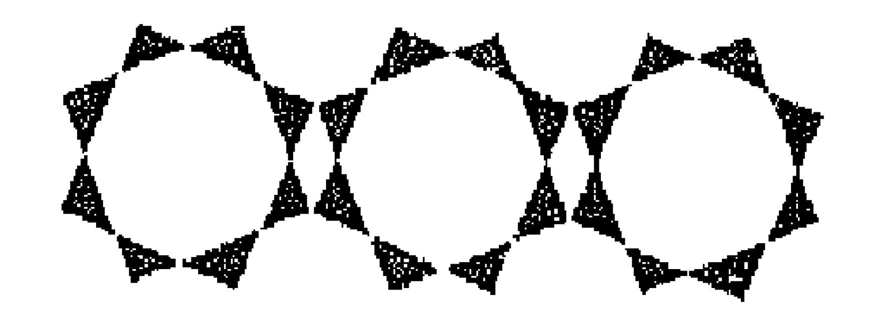
٦. اشرب بين ستة أكواب ماء وثمانية يومياً. فالماء يساعد في تأيُّض الدهن وكبح الشهية. وهو إلى ذلك يبطل احتباس السوائل الذي يظهر تأثيره في انتفاخ الاطراف. ففي شربك ماء كافياً اشارة الى الجسم بأنه يستطيع التخلّص من السوائل المخزونة فيه.

٧. كل بتمهّل، وضمّ الى وجباتك حساء وأطعمة أخرى يستهلك أكلها وقتاً. كل مثلا الخرشوف (الارضي شوكي) بدلا من الذرة بالقشدة، والتفاح بدلا من صلصة التفاح والخبز القاسي بدلا من الخبز الأبيض.

٨. كل أقل مما تريد. ثم انتظر ٢٠ دقيقة وهو الوقت الذي يستغرقه الدماغ ليسجّل علامات الشبع. بعد ذلك لن تشعر بالجوع.

جيني ولسون

(٤) المائدة الشطائرية (smorgasbord) ضرب أسوجي (سويدي) من الغداء أو العشاء على الطريقة المقصفية تقدم فيه أصناف شتى من الأطعمة والألوان كالمشهيات واللحوم الحارة والباردة والسمك المدخّن والنقانق والجبن والسلطة.



أسفار كريس إيفرت

كريس ايفرت لويد نجمة في كرة المضرب منذ كانت في السن السادسة عشرة. وهي اليوم في الثانية والثلاثين ولا تزال تحتفظ بأكبر عدد من ألقاب البطولة للمحترفات. وقد انهمكت كلياً في هذه الرياضة مما جعلها في شبه غربة عن العالم حولها.

وعندما سألها احد الصحافيين عما ستفعله لدى اعتزالها اللعب أجابت: "سأسافر لأرى الاشياء الشهيرة، كجدار برلين."

فقال لها: "ألم تزوري برلين بعد؟"

أجابت: "بلى، لكني حين أسافر العب التنس فقط، فلا يتسنى لي أن أرى شيئاً."

ا.ب.

استباق الكوارث

جايمس برستون رئيس شركة "آفون" لمستحضرات التجميل يستشهد بمثل قديم: "أطلعني على همومك باكراً، تجدني شريكك في ايجاد الحلول. أطلعني على كارثة متأخراً فأحاكمك." ويضيف: "انا لا أرغب في انتقاد الناس الذين يعانون مشاكل. لكن وقتي لا يتسع للاشخاص الذين يتسترون بأعذار ويتقاعسون فيما تزداد الامور سوءاً."

ك.ب.



جايمس كاغني خالد في الذاكرة

مزيج متفجر من ملاكم أزقّة وشقي ذلق اللسان وراقص وعازف ورسام. ولكن وراء قناع المرح والتيه رجل دمث الاخلاق رقيق الاحساس كريم النفس

كان شيخاً طاعناً في السن عليلاً، انتظر طويلا في تلك الحجرة السفلى تحت المسرح في قاعة "راديو سيتي" للموسيقى بمدينة نيويورك. وعلى المسرح "سهرة المئة نجم" تمطّ وتطول أمام جمهور بدأ يتململ. ولما حان دوره، كالسحر انفتح باب أرضي وراح الشيخ يرتفع حتى أصبح في موازاة المسرح. لا رقص ولا مقدمات. لا شيء سوى رجل عجوز جالس في كرسي.

لكن الرجل ذاك كان جايمس كاغني.

فجأة دوى التصفيق وهبّ الجمهور واقفاً وارتفعت الهتافات. طرفت عينا جيمي دهشة ثم ما لبثتا أن اغرورقتا فيما ترحيب الجمهور يعلو. صحيح أنه مضى عقدان على احتجاب "جيمي" عن عيون الجماهير، ولكن بدا جلياً في تلك الليلة أنه لم يكن يوماً بعيداً عن قلوبهم.

كان جيمي من أقدم أصدقائي وأعزهم. والواقع أن حضوره السينمائي المثير كان

Illustration: Jim Sharpe

يخفي انساناً خارق الاحساس والكرم واللطف والرقة. كان شخصاً عادياً مرحاً ودوداً غير متكلف ويُعول عليه.

"إنه لاسطورة!" على رغم ابتذال هذه العبارة لكثرة ما ترددت على ألسن وكلاء الدعاية والاعلان، فانها تبقى أبلغ وصف يصح فيه.

أما مضمون تلك الاسطورة فمعروف جيداً: فتى ولد عام ١٨٩٩ في حي للمهاجرين بمدينة نيويورك لعائلة من سبعة أولاد وأبٍ بائس يعمل في حانة. بدأ كسب قوته وهو في السن الرابعة عشرة، فعمل ساعياً في مكتب وحاجباً ومغلّف طرود. وتحول ملاكماً في الشوارع ذلق اللسان، فراقصاً موهوباً اعتلى المسارح واشترك في حفلات لكسب عيشه. وهو الذي قال: "لم يعلمني أحد الرقص. كل ما في الأمر انني كنت أراقب الخطوات وأسرقها."

فجأة ارتفع الى الشهرة بعد فيلم "عدو الشعب"(١) عام ١٩٣١ وفيه المشهد الشهير حين يقذف ثمرة غريبفروت (ليمون هندي) في وجه ماي كلارك المسكينة. بعد ذلك استأثر بأدوار البطولة التي أرست الى الأبد معنى "الرجل القوي الصلب."

وتروي الاسطورة نجاح جيمي المتألق في تمثيل شخصية جورج كوان في فيلم "يانكي دودل داندي"(٢) عام ١٩٤٢ الذي نال على أثره جائزة أوسكار وأثبت براعاته المتعددة ومقدرته الفائقة على تأدية جميع أنواع الادوار. وأخيراً، بعد أكثر من ثلاثة عقود، ابتعد فجأة عن الشاشة ليمضي فترة تقاعده مع الراقصة السابقة فرانسس ويلارد فيرنون التي تزوجها في العام ١٩٢٢. وهو قال ببساطة: "كل ما في الامر انني أدرت ظهري لكل ذلك."

"صوِّب على ذقني" – وصلت أنا وجيمي الى هوليوود في الوقت نفسه تقريباً من العام ١٩٣٠، وحققنا أفلاماً بسرعة مذهلة حتى "لكأننا أنجزناها بالهاتف" كما كان جيمي يحب أن يردد.

الفيلم الاول الذي اشتركنا فيه كان "سارق الصور"(٣) وكان باهتاً يعوزه الإلهام، صنع على عجل بغرض الكسب المادي البحت. مثل فيه جيمي دور المصور الصحافي الطائش ومثلت أنا دور رئيس التحرير. وكان عليّ في أحد المشاهد أن أوجه اليه لكمة، وهذا أقلقني.

طمأنني جيمي وهو بادي الاعتزاز بالطريقة التي يبعد بها رأسه وكأنه فعلا تلقى لكمة: "ما عليك إلا أن توجه لكمتك الى ذقني ولن تصيبني، أؤكد لك ذلك." وكان أن وجهت اليه لكمة كسرت احدى أسنانه وأحد الكراسي وأطارته الى الجانب الآخر من المسرح.

هتفت باضطراب: "لم يسبق أن ضربت أحداً في حياتي." فرد وهو يمرر يده على خدّه وابتسامة الزهو الشهيرة على شفتيه: "لكنك فعلت ذلك الآن."

ولأن جيمي كان يحبّ تأدية اللقطات المثيرة والجسورة، فقد نال أكثر من نصيبه من الصدمات والكدمات. وعندما كنّا نلتقي، كثيراً ما كنت أجده يبلّ من

(١) The Public Enemy
(٢) Yankee Doodle Dandy
(٣) Picture Snatcher



انتفاخ في ركبته أو التواء في كاحله أصابه وهو يتدرّب على خطوات راقصة جديدة أولع بها. وهو لم يكفّ يوماً عن تذكيري وتذكير سواي بأنه وإن كسب عيشه من التمثيل فهو في صميمه مجرّد راقص ومغن وسيبقى كذلك.

"لا تخف!" – كان جيم يؤكد دائماً أن الشجاعة هي أهم شرط في الممثل. وفي فيلم "رجل ذو ألف وجه" (٤) عام ١٩٥٧، وهو سيرة الممثل لون تشيني، ضمه مشهد والممثل الشاب روبرت ايفانز الذي بدا متوتراً. وكان لتوتره ما يبرره، إذ انه سيمثل أمام أحد عمالقة الشاشة. فراح يخطىء مرة تلو أخرى، تارة ينسى الاسطر وطوراً يخلطها، مما أوجب اعادة تصوير كل لقطة غير مرة. أخيراً، بكل هدوء واتزان، توجه اليه جيمي ولف ذراعه حول كتفيه وسار به بعيداً عن المسرح. وبصوت خافت خاطبه: "دعني أخبرك شيئاً أيها الفتى. ان طولي ١٦٣ سنتيمتراً (والحقيقة أن طوله ١٧٣ سنتيمتراً). وعندما جئت الى هوليوود كان أول مشهد لي أمام رجل طوله ١٩٣ سنتيمتراً. وبعدما أنهينا التصوير بات طولي أنا ١٩٣ سنتيمتراً وطوله هو ١٦٣. هيا نرجع الآن ولا تخف مني." وكان أن أدى ايفانز دوره على نحو رائع، وهو أصبح في ما بعد رئيساً لاستوديوهات "براماونت" العملاقة.

كان جيمي يتمتع بقوة ملاحظة هائلة. ذات مرة واجه الممثل جاك ليمون تحدياً ذاتياً، فأدى دوره كاملا في أحد البرامج التلفزيونية على نحو أعسر. ولم يلاحظ أحد أمراً غير عادي في ذلك الدور، حتى زوجته ومخرج البرنامج. وعندما التقاه جيمي للمرة الاولى أثنى على أدائه لذلك الدور وأضاف وهو يهم بالخروج: "أما زلت تتظاهر بأنك أعسر؟" وهذه الملاحظة تركت جاك ليمون مشدوهاً.

كان جيمي يقول ان التمثيل مجرد عمل. ولكن لا يخطئن أحد، فهو كان من أكثر المحترفين دقة في عمله. حتى فيلم "يانكي دودل داندي" لم يحظ برضاه الكامل ولم يخلُ في نظره من بعض الشوائب، وذلك بسبب سرعة التصوير. ومع ذلك اعترف ذات مرة بأنه الفيلم

(٤) Man of a Thousand Faces

Photo: Courtesy of the Museum of Modern Art / Film Stills Archive

الوحيد الذي يشاهده من وقت الى آخر: "انه يجعلني أعتزّ بكوني مواطناً صالحاً."

خط مستقيم من هوليوود – شخصية كاغني المفضلة لدي هي شخصيته بعيداً عن عدسات التصوير. شخصية الرجل الذي أحب أن يعتلي خشبة المسرح ويؤدي دوره ليعود من ثم الى "حبيبتي ويلي." عام ١٩٣١ كشفت إحدى المجلات الفنية، في تحقيق أجرته عن جيمي، أن طموحه الوحيد كان ان يكسب ما يكفيه من مال ليتسنى له بعد ذلك ان يبتعد عن الأضواء ويعيش بهدوء ويرسم. وكان جيم هاوي رسم فعلا. كان يرسمني باستمرار ويرسم غيري من أصدقائه بقلم الرصاص. وكان الى ذلك عازفاً ماهراً على البيانو والارغن والغيتار. وكان يقرض الشعر باستمرار.

وأحب جيمي الريف حباً جارفاً.



عندما كان ولداً زار عمة له تقطن في الريف. ومنذ ذلك اليوم تملكته رغبة جامحة في البقاء بين الاشجار ووسط الازهار والحيوانات. وفي ذروة نجاحه المهني اشترى قطعة أرض في شارع "كولد ووتر كانيون" في بيفرلي هيلز، حي الاثرياء ونجوم الفن في هوليوود. وملأها بالبط والوز والمعزى، وبنى فيها اسطبلا وخماً للدجاج. وعندما اكتشف أن في الخم ٣٦ دجاجة وأربعة ديوك طلب ٣٢ ديكاً أحدثت ثورة عند وصولها الى المزرعة، ولم تعد الدجاجات تعرف طعم الراحة. وامتلأ شارع كولد ووتر كانيون بالريش كما يحلو لنا دائماً أن نذكره.

كان جيمي كلما أنهى فيلماً توجه بخط مستقيم الى محطة القطار (كان يكره الطائرات) أو الى سيارته الكاديلاك قاصداً منزله في جزيرة مارتا قبالة مساتشوستس. من الصعب ان يتصور المرء أن ذلك الشقي الذكي العبارة هو نفسه الرجل الذي يذرف الدمع لدى رؤيته هرة جميلة أو لوحة رائعة. وما زلت أحنّ لى الأوقات التي أمضيناها معاً في بيته لمبني باللبن في بلدة "النخلات الـ٢٩" ي كاليفورنيا..كان حديثنا يقتصر على ضع كلمات، فنكتفي بالجلوس على سخرتين نراقب الشمس وهي تغيب القمر وهو يطلع فوق الصحراء.

لم يستسلم جيمي أبداً لحياة الحفلات النوادي الليلية في هوليوود. لكنه كان ينتمي الى جماعة غير رسمية اسمها "نادي الشباب" كانت تضم، الى جيمي، بات اوبراين وفرانك مكهيو وسبنسر تريسي وفرانك مورغان ولين اوفرمان

وأنا. وكنا نلتقي مساء كل خميس في أحد المطاعم ونسري عن أنفسنا بتبادل الحديث المفيد.

وكان جيمي الذي لا يدخن ولا يقارب الخمر، يطربنا بحديثه الممتع عن ذكرياته في فرق "الفودفيل"(٥) ويروي لنا أغرب النوادر عن المخرجين وغراميات المشاهير. وهو لم يكن يطيق أن يرى أحداً يتألم، وكثيراً ما كان يقاطع الحديث أو يتوقف عن الكلام إذا ما شعر بأن الحديث ربما أساء الى أحد الناس.

كان جيمي سخياً من دون حساب ومن دون إعلان. وذات مرة كنت أقدم مسرحية في نيويورك، فأرسل إلي بعض المال برقياً طالباً مني أن أسلمه الى عجوز وزوجة وهما ممثلان متقاعدان يعانيان ضائقة مالية.

كان جيمي يعتبر نفسه دائماً شخصاً عادياً انما سعيد الطالع. وهو كان يحس رهبة أمام "الابطال الحقيقيين" من الكتاب والفنانين العظام ونجوم الرياضة. وكان يشعر بشرف حقيقي عندما يُطلب منه أن يمثل دور شخصية مثل الاميرال هالسي في فيلم "ساعات الشهامة"(٦) عام ١٩٦٠.

التفوّق على الموت – في العام ١٩٦١ ذهب جيمي الى المانيا لتصوير فيلم "واحد، اثنان، ثلاثة"(٧) . وعندما عاد لم يعلن اعتزاله الفن، بل توجه الى بيته في المزرعة التي اشتراها في مقاطعة داتشس بولاية نيويورك. وهناك راح يرزم التبن ويجمع العربات الأثرية ويقودها ويربي جياد الركوب ويرسم.

وذات مرة في أواخر الستينات زرته في المزرعة. وفيما نحن جالسان جاءته رسالة من الشركة التي ولدت منها "براماونت" تضمنت عقداً ممضياً على بياض يخوّله كتابة الأجر الذي يريده. إلا أن ذلك لم يثر اهتمامه.

وفي أواخر السبعينات أقعده ألم العصب الوركي(٨) ومرض السكري وبعض الاضطرابات في الدورة الدموية. ونصحه الاطباء بالعودة الى العمل من أجل سلامته الجسدية والعقلية، فوافق على تأدية أحد الادوار في فيلم من انتاج المخرج ميلوس فورمان بعنوان "راغتايم"(٩).

وعندما كان أحد المشاهد يستدعي سرعة في الحركة كان يستعاض عن جيمي بممثل آخر. ومع ذلك جاء أداؤه رائعاً مما أضفى عليه نشاطاً وانتعاشاً حتى انه بدأ يتحدث عن مشاريع أخرى. لكن شجاعته العظيمة بدأت تخونه مع تقدم السنين والامراض المتعددة، وهو من قال ان الشجاعة أهم شروط الممثل.

لم يكن مضى على جيمي كاغني سوى بضع سنوات في هوليوود عندما وصفه الناقد أوتيس فيرغسون وصفاً رافقه طوال العمر: "من دونه لا ندري أي انطباع كنا سنحفظه عن الشخصية الشمولية للانسان. هو في الظاهر قشور قاسية وخفة وحركة خاطفة وملاكم أزقة له رشاقة

---

(٥) الفودفيل أو الملهاة مسرحية هزلية خفيفة تشتمل عادة على رقص وغناء.

(٦) The Gallant Hours

(٧) One, Two, Three

(٨) Sciatica أو عرق النَسا.

(٩) Ragtime والراغتايم موسيقى أمريكية زنجية الاصل.

الراقصين. لكن الجوهر مختلف تماماً: سخاء عفوي وعذوبة مخبأة وروح فكاهية فطرية واندفاع لا يهدأ ولا يكل، انه كل ما يصبو اليه المرء لو أتيح له الوقت."

بدا الوقت لراقص الفودفيل الشاب معيناً لا ينضب عندما نظم هذه الابيات:

مع أولى صرخات الوليد
تبدأ معركة الانسان ضد الموت.
ويروح يفتش عن كل وسيلة
ليبزه حيلة ودهاء.

ترى هل جالت تلك الافكار في رأس جيمي وهو في بيته في المزرعة صباح عيد الفصح من العام ١٩٨٦ عندما ابتسم للممرضة التي كانت تحوم حوله وغمزها قبل أن يغمض عينيه ويروح في سباته الابدي؟

عندما حملنا نعش جيمي في نيويورك تحت الشمس الساطعة كان هناك جمهور غفير علا تصفيقه فجأة، تماماً كما في تلك الليلة في قاعة "راديو سيتي" للموسيقى.

لم يسعني إلا أن أبتسم. فجيمي تفوق على الموت وانتقل، بغمزة، من الحياة الى الخلود الاسطوري. هو لا يزال على الشاشة، يرقص وعلى شفتيه تلك الابتسامة وذلك التيه والكلمات تخرج من فمه سريعة خاطفة. انه باق على الشاشة وفي قلوبنا.

رالف بيلامي

الكاتب ممثل مسرحي وسينمائي منذ ٦٥ سنة. وفي مارس (آذار) ١٩٨٧ نال جائزة أوسكار تقديراً "لفنه الفذ وعطائه الممتاز لمهنة التمثيل."



مخيّم النفايات

بعدما فرغنا من بناء بيتنا في الريف بقي لنا أن نحرق النفايات المتراكمة. فسألنا أحد أعضاء المجلس البلدي عن الانظمة المرعية في هذا الشأن. فأعلمنا أن ليس في امكاننا الحصول على رخصة لاشعال نار في الهواء الطلق، لكننا لا نحتاج الى رخصة لاشعال نار مخيّم. وعندما استوضحه زوجي أضاف: "اذا كانت لديك مقلاة فالنار هي نار مخيم. وما عدا ذلك فحريق في الهواء الطلق."

وهكذا أشعلنا النار ليلا وحرقنا النفايات، وراح الاولاد يقلون الزلابية مرحبين وأنا ممسكة بالمقلاة فوق "نار المخيم."

س.ت.

السيدة والعنكبوت

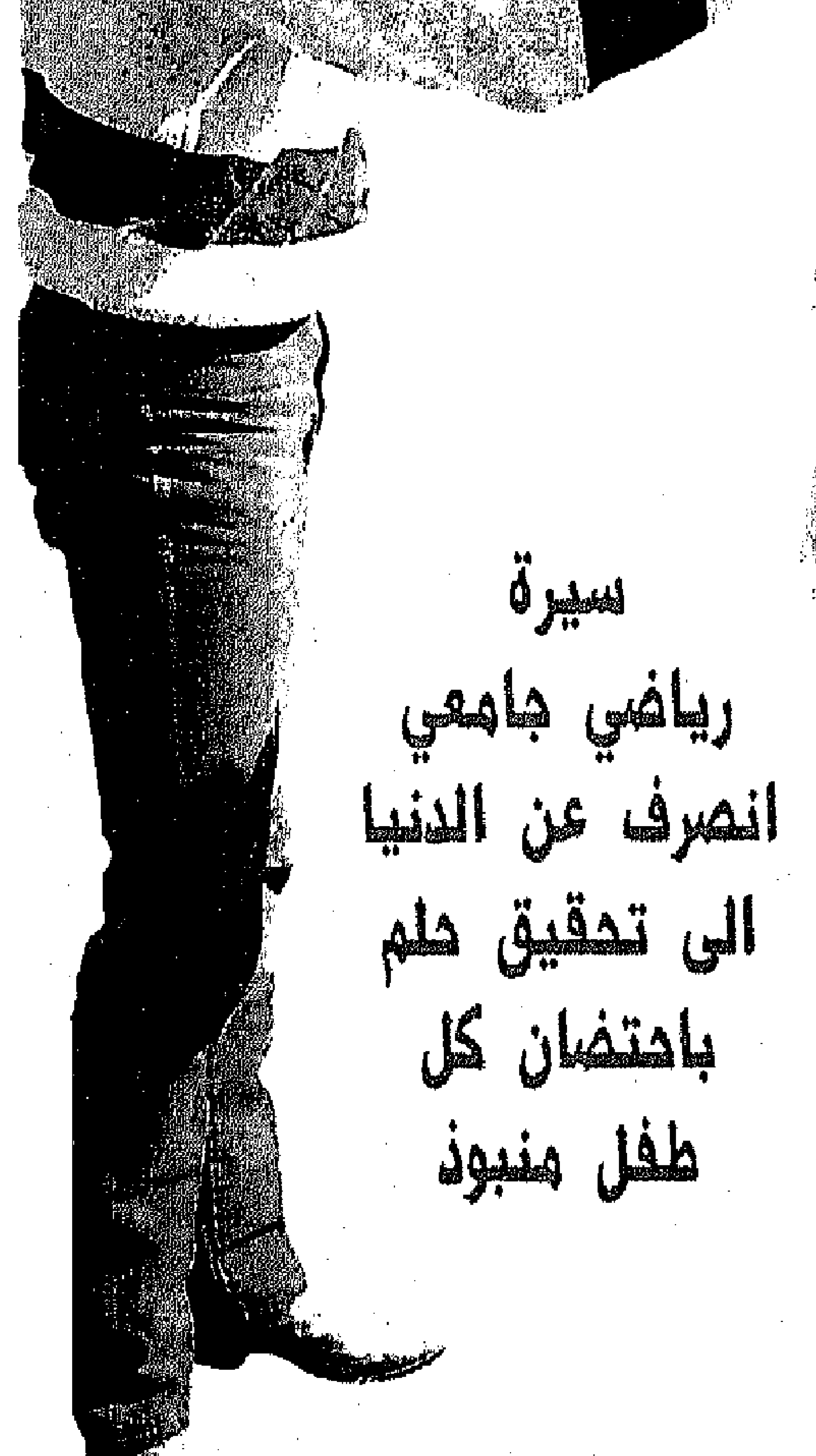
غادرت سيدة بيتها صباحاً بعدما تركت على أرض غرفة الجلوس عنكبوتاً أسود كبيراً اصطناعياً على سبيل المزاح. اذ تعيّن في ذلك اليوم أن يأتي عامل لرش المبيدات.

ولدى عودتها تبين لها أن العامل أتى فعلا. فقد وجدت العنكبوت ملقى على قفاه وقوائمه مرفوعة في الهواء.

ن.ك.

مزرعة الحياة الفضلى

سيرة رياضي جامعي انصرف عن الدنيا الى تحقيق حلم باحتضان كل طفل منبوذ



صباح أحد أيام أكتوبر (تشرين الاول) الباردة والممطرة في غادسدن بولاية ألاباما، فتح العمال صندوق شاحنة فلمحوا صبياً صغيراً داخله.

كان الصبي يحمل علبة فاصولياء، فصرخ بصوته الواهن: "هيا، أطلقوا النار علي!"

اتصل العمال برجال الشرطة الذين استدعوا جون كرويل من بلدة غلينكو القريبة. وحمل كرويل التائه الصغير الى مزرعته حيث أطعمه وألبسه واهتم به كما لو كان ولده.

تلك واحدة من مئات القصص الراشحة من مزرعة جون كرويل في بيغ أوك شمال شرق ألاباما. هناك تخلى لاعب الكرة البارز في جامعة ألاباما عن مهنة مربحة من أجل السعي الى نعم عرفتها قلة من الناس.

Condensed from Chattanooga News-Free Press (December 5, '83; March 4, '84; December 23, '85),

With additions by the author. Photo Johnston

كرويل (٣٦ عاماً) يحتضن الاطفال الذين تخلى عنهم الجميع ويمنحهم الدعم الذي يحتاجون اليه من أجل النجاح الشخصي والاجتمـاعي والنفسي في الحياة. كان ينتزع الاطفال من أيدي ظالميهم وينتشلهم من أسرّتهم القذرة. وعندما يسأل عن نسبة المظلومين والمهملين بين أولاده يجيب: "جميعهم. لقد صادفت أناساً يفتح الواحد منهم باب سيارته ويرمي بطفل مع كيس ثياب، بكل بساطة، ومن دون التفوه بكلمة واحدة."

أحد الاطفال وجد على الطريق العامة وأخبر الخفير أن أمه ماتت وأخته طلبت منه الرحيل لأنها لا تملك المزيد من الطعام. وهكذا سلك الولد الصغير تلك الطريق الى أن صادف الشرطي. وضع الشرطي الطفل على المقعد الامامي محاولا إخفاء دموعه، وأضاء الانوار الزرقاء وتوجه الى غلينكو.

وغالباً ما يسعى جون في طلب بعض الاولاد. "كنت ألتمسهم من الأوصياء عليهم لأني أؤمن بوجوب منحهم فرص حياة أفضل."

ويقول القاضي روبرت لويس الذي أحال عدداً من الأحداث على مزرعة بيغ أوك: "لو اهتم كل والد بأطفاله كاهتمام جون كرويل بأي طفل لما انتشرت موجة الجنوح بين الاحداث في أمريكا."

البيت الاول – نشأ جون كرويل ابناً وحيداً منذ عامه الخامس بعدما وقعت شاهدة ضريح على أخته فقتلتها أثناء دفن أحد الاقرباء، وكانت في عامها الرابع. ولّدت هذه المأساة في عائلة كرويل اهتماماً عميقاً بالآخرين. فباشر فرانك والد جون، وهو رئيس قسم في مكتب البريد المحلي، تدريب الاولاد على الرياضة الصيفية. وبعد فترة وجيزة كان جون، وهو الرياضي بالفطرة، يعطي زملاءه اكراميات لضربة ناجحة في كرة القاعدة (بايسبول) أو تسجيل هدف في كرة السلة.

وفي سنته الثانوية الاخيرة تلقى جون عشرات العروض لمنح جامعية – رياضية. ولكن كان من العيب في منطقة توسكالوزا أن يلعب نجم رياضي خارج جامعة ألاباما. وهكذا، بين ١٩٧١ و١٩٧٣ انضم جون الى ثلاثة فرق في جامعة ألاباما فازت جميعها ببطولة الاتحاد الجنوبي الشرقي. لكن جون كرويل لم يكتف، بل تاق الى هدف مختلف.

عمل جون في مخيم صيفي للصبيان في لمبرتون. وخلال سنوات المراهقة شعر بأن رسالته هي الاعتناء بالأولاد المساكين الذين لا معين لهم.

في نهاية الموسم الاخير لكرة القدم ذهب جون لرؤية مدربه بول براينت "الرجل،" كما دعاه اللاعبون. وهو يتذكر: "أخبرته أنني سأوظف ما أكسبه من احتراف كرة القدم لانشاء مزرعة للأولاد."

طلب براينت من جون أن ينسى احتراف كرة القدم، فذلك ليس رغبته، لكنه أيد مشروعه ووعده بالمساعدة.

واجه كرويل في العام ١٩٧٤ أقسى لحظات شبابه. لقد عثر على ٥٠ هكتاراً مناسبة للمزرعة. لكن صاحبها طلب ٥٠ ألف دولار نقداً خلال ٤٨ ساعة.

كان مجموع ما ادخره جون ٥٠٠٠ دولار. وقدم اليه الجراح وليم باك من برمنغهام ١٥ ألفاً. إنما ما زال ينقصه ٣٠ ألف دولار. وبدا إمكان الحصول على بقية المبلغ مستحيلا الى أن أنجده أحد زملائه الرياضيين القدامى في الوقت المناسب.

كان جون حنا مؤمناً بمساعي كرويل فوعده بمنحه أي مبلغ إضافي يتقاضاه عن توقيع عقد احترافي لممارسة كرة القدم. وقع حنا العقد مع فريق نيو إنغلند قبل انتهاء المهلة، فقدم الى صديقه ٣٠ ألف دولار. ودعا كرويل أول بيت أنشأه للاطفال المعوزين "بيت جون حنا."

عبر السنوات أصبح المدرب براينت من أكبر مؤيدي "مزرعة بيغ أوك." وفي أثناء مباراة حماسية عام ١٩٨٣ هي الاخيرة التي درب فيها براينت فريقه، رمى اليه أحد أنصاره قميصاً تذكارياً وصرخ: "إن وقّعت على هذا فسأعطي ١٠٠٠ دولار اي جمعية خيرية تسميها."

تناول براينت قلمه وصاح بصوته الأجش: "أرسل المال الى مزرعة بيغ أوك."

يذكر كرويل: "بعد وفاة المدرب براينت راجعنا حساباتنا المالية، فوجدنا أن براينت خلال تلك السنوات وهب أطفال بيغ أوك ٧٠ ألف دولار."

"أنا أحبك" – فتحت مزرعة بيغ أوك أبوابها في يناير (كانون الثاني) ١٩٧٥. وكانت عبارة عن بيت مزرعة قديم. أما اليوم فإنها تتضمن بحيرتين للصيد وبركة سباحة كبيرة وسبعة بيوت بطبقتين، في كل منها مجموعة من المربين. وهناك أيضاً ١٤ كلباً و١٣ حصاناً و٤٠ بقرة و١٧٦ دجاجة. لكن أجمل ما في المزرعة ٥٦ صبياً يتمتعون بفرصة جديدة لحياة هانئة.

إنه مكان ناشط، خصوصاً عند عودة الصبيان من المدرسة. إذ يتوزع فريق العمل لجمع التبن وغسل السيارات والعمل في الحديقة ورعاية المواشي. ويقول كرويل: "لكل فرد مهمة يؤديها. فنحن نعيش كعائلة واحدة. يتقاضى الولد دولارين عن كل ساعة عملاً، ويحسم دولار من راتبه عن كل تأخر. فأولادي يعون حقيقتين مهمتين: الحزم والجدية في العمل."

يتلقى جون وزوجته تي عشرات الاتصالات أسبوعياً لحجز أماكن في المزرعة. وبعد اختيار المقبولين يحدد جون لكل قادم جديد أربع نقاط:

"أولا، أنا أحبك. أريدك أن تعلم أنني أحبك وستفهم ذلك يوماً.

"ثانياً، لن أكذب عليك أبداً. قد لا أخبرك كل ما تود معرفته لكني لن أكذب عليك مطلقاً.

"ثالثاً، سأقف الى جانبك حتى تكبر. فان حاولت جهدك لتكون أفضل فسأبقى معك مدى العمر.

"رابعاً، إن أخطأت إلي فسأكتشف ذلك سريعاً وأقاصصك."

ويعلق جون: "هكذا يتساءل الولد دائماً عن صحة أي عمل يوشك على القيام به."

كل بيت هو نموذج لأسرة عادية. يقول كرويل: "نختار أعماراً متفاوتة في البيت الواحد، فيمكنك الاعتماد على الأخ الاكبر والاعتناء بالاخ الاصغر". ويهتم المربون بأمور التأديب والنظام، لكنهم يلجأون

الى كرويل حين تتعقد الامور. وقلما يعمد كرويل الى التوبيخ أو العنف، ويبرر ذلك بالسؤال: "ماذا ينتفع الولد من التعنيف والضرب وقد سبق أن غمست أمه رجليه في وعاء من الزيت الساخن؟"

ثلاث فرص – يؤكد كرويل أيضاً أن الخبرة علمته الاصغاء بانتباه قبل فرض القصاص. في إحدى الليالي أعاد أحدَ الهاربين الى المزرعة وسأله بحنق: "لمَ فعلت ذلك؟"

فأجاب الصبي: "أردت رؤية أمي."

فقال له كرويل معاتباً: "لو سألتني لسمحت لك بذلك. ما عليك سوى السؤال."

فرد الولد بصوت ضعيف: "لقد فعلت. سألت أمي أن آتي لمقابلتها، لكنها رفضت ولم تود رؤيتي ثانية. اشتقت اليها فذهبت لأراها."

ولم يتفوها بالمزيد في طريق العودة. ويقول كرويل الذي سرقت سيارته غير مرة فبات يترك مفاتيحها داخلها ليوفر اصلاح جهاز الاشعال على الأقل: "مهما ساءت تصرفات الولد فلديه ثلاث فرص لا غير. ربما لانت مواقفي أحياناً، ولكن حين يفوت الولد الفرصة الاخيرة فلا مجال للتراجع، انه يطرد من المزرعة."

بعد "الضربة الثانية" يضع كرويل ذراعه على كتف المذنب ويمشيان في الدرب المؤدية الى الطريق العامة. ثم يستديران وينظران الى المزرعة الواسعة والبيوت والمواشي والاولاد وهم يتسابقون على دراجاتهم ويرمون الطابات. عندئذ، يقول كرويل، "أشير الى لافتتنا "بيت للاولاد الذين يحتاجون الى فرصة للحياة" وأقول للصبي: إنني أفضل صديق لك، وهذه فرصتك الاخيرة."

يتذكر جون ولداً أجبر على طرده: "قبل سنة رأيته يجمع علباً فارغة على الطريق لبيعها. لوح لي بيديه لكني لم أتوقف. فعندي ٥٦ ولداً هنا يستحقون ما رفضه ذاك الصبي. لكن شعوراً معذّباً انتابني آنذاك."

وأضاف: "أخبرني المدرب برايينت مرة أنه لا يتذكر اللاعبين البارعين بل الخائبين. وأظنني أفكر بالطريقة نفسها."

نجح معظم "خريجي" المزرعة الخمسمئة في الحياة، والتحق كثير منهم بالجامعات. أحدهم يملك اليوم شركة خاصة، وقد أرسل جميع من في المزرعة لتمضية نهار كامل في مدينة للملاهي في جورجيا. ويشغل خريج آخر منصباً حكومياً، ويعمل عشرات آخرون في البناء مستفيدين من المهارات التي اكتسبوها في المزرعة.

أثمرت جهود كرويل الى حد بعيد. وهو يشرح اسباب نجاحه بالآتي: "دعني أخبرك عن سر النجاح. إنه ثلاثي الوسائل: إفعل ما يدعوك اليه الله، وأتقن عملك ما أمكن، وليكن عملك مصدر سعادتك. وفي الحقيقة، لو بقي لي أن أعيش سنة أخرى لما بدلت دعوتي."

"أهذا أنت يا أبي؟" – يستقبل جون صبياً جديداً كل شهر ويحاول بناء بيت جديد كل تسعة أشهر. وقد تم حديثاً انشاء قاعة رياضية مع ملعب لكرة السلة

وغرفة لرفع الاثقال. وجون على وشك تشييد مزرعة مماثلة للفتيات.

أحد أعظم مناصري بيغ أوك راي بركينز الذي خلف براينت كمدرب لفريق الاباما. وذات يوم كان بركينز يتأمل البيوت باعجاب وسأل كرويل عن تكاليف بنائها. فأخبره جون أن الكلفة الحالية للبيت الواحد هي ٦٧ ألف دولار. وأثناء الحديث لفت نظر بركينز حصان عجوز مسرج كان أحد المزارعين أهداه الى الفتيان. فسأل كرويل عن السبيل للحصول على حصان مثله. وكعربون شكر لجهود المدرب قال له كرويل: "إنه لك."

هز بركينز رأسه وناول كرويل حوالة بمبلغ ٦٧ ألف دولار ثمناً لذلك الحصان. ويسكن اليوم ثمانية صبيان في "بيت راي بركينز."

بفضل هذه المساعدة سدد جون ديونه. لكن المصاريف السنوية تزيد على ٤٨ ألف دولار، فضلا عن تأمين رعاية صحية وغذائية لستة وخمسين ولداً وصيانة الشاحنة الصغيرة.

كيف يتمكن كرويل الذي يعمل ٣٦٥ يوماً في السنة، من معالجة هذا الضغط؟

إنه يتبع الى حد ما درساً تعلمه من براينت: "كان المدرب براينت بارعاً في جعلنا نتجاهل ألماً في ضلوعنا أو كسراً في أيدينا. علمنا ألا نستسلم عندما يتنبه خصمنا الى هزيمتنا الوشيكة، فالمعركة ما زالت مستمرة وعلينا أن نفيد من الفرصة المتاحة."

ويروي جون ما حدث ذات يوم: "اتخذنا الترتيبات الضرورية لاستقبال والد أحد الصبيان كان مقرراً ان يحضر ذلك النهار لاخذ ابنه وتمضية عطلة نهاية الاسبوع معه. كان الموعد قبيل الغروب، لكن الصبي جهز ثيابه وانتظر عند النافذة منذ الظهيرة.

"استغرق الطفل في النوم قرب النافذة. وعندما تحققت من عدم حضور الوالد حملته بين ذراعي فتمتم: أهذا أنت يا أبي؟

"كلما شعرتُ بالتعب أفكر في صبي آخر في مكان ما ينتظرني منذ سنين. عندئذ تسهل الأمور من جديد."

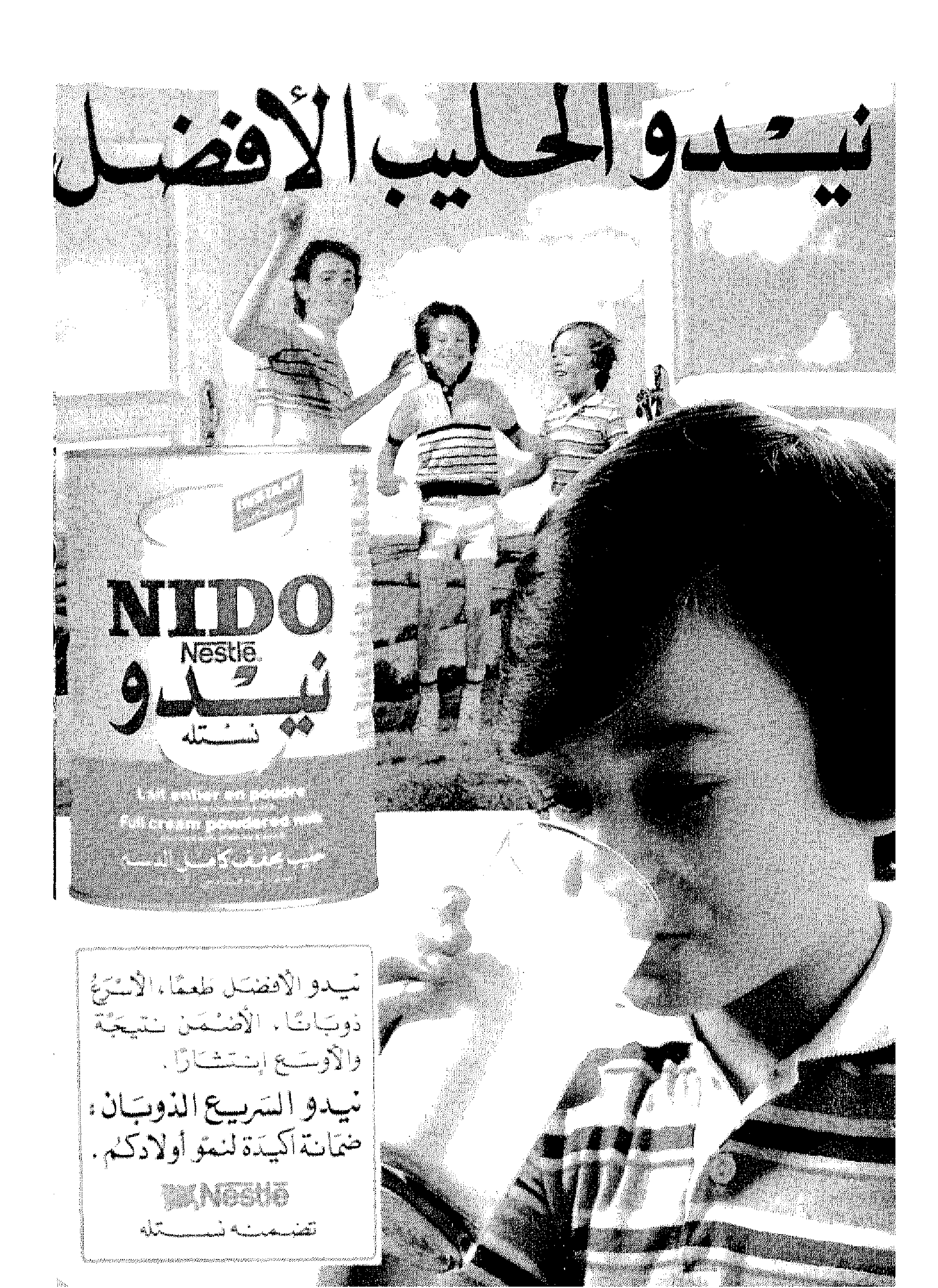
روي إكسم



من يملك الارض؟

أعتقد أن الطيور تملكها اكثر مني، لأنها تبني أعشاشها متحدية التقصير في دفع الديون المستحقة. البيوت فردية ويمكن امتلاكها، كالأعشاش، وهي تستحق القتال لاجلها. ولكن ماذا عن الارض؟ يبدو لي أن الارض يمكن استئجارها واستخدامها، ولكن يتعذر شراؤها أو امتلاكها. انها تستجيب للمحبة والعناية وتعطي انتاجها في حينه زهراً وثمراً. لكننا نحن مستأجرو الارض لا مالكوها، نحن محبوها لا أسيادها. الارض ملك للريح، للمطر، للشمس، للفصول، للقوة الخفية الكامنة في البذور.

م.ر.



نيدو الحليب الأفضل
NIDO
Nestlé
نيدو
نستله
Lait entier en poudre
Full cream powdered milk
نيدو الأفضل طعمًا، الأسرع ذوبانًا، الأضمن نتيجة والأوسع إنتشارًا.
نيدو السريع الذوبان: ضمانة أكيدة لنمو أولادكم.
Nestlé
تضمنه نستله

اندفع الصياد بقاربه الى البحر الفسيح. ثم هبت عاصفة مفاجئة فألفى نفسه أمام موت محتم



صباح ذلك الاحد الموافق ١٥ يناير (كانون الثاني) عام ١٩٨٤ بدأ روبرت (بو) كورتس يومه كما يبدأ أي يوم آخر من أيام العمل. انه يمتهن صيد المحار (البطلينوس) في والدوبورو بولاية مين. استيقظ بعيد [illegible] حضر كوب قهوة وأصغى الى النشرة [illegible] من [illegible] خليج بنوبسكوت.

[illegible] رياح [illegible] غربية تتراوح سرعتها بين تسعة كيلومترات و٢٨ كيلومتراً في الساعة. ارتفاع الامواج بين نصف متر ومتر. الرؤية بين كيلومترين وخمسة كيلومترات أثناء سقوط الثلج." الجو بارد والحرارة ١٣ درجة مئوية تحت الصفر. الباحثون عن المحار شتاء في مين عليهم ان يتوقعوا جواً بارداً.

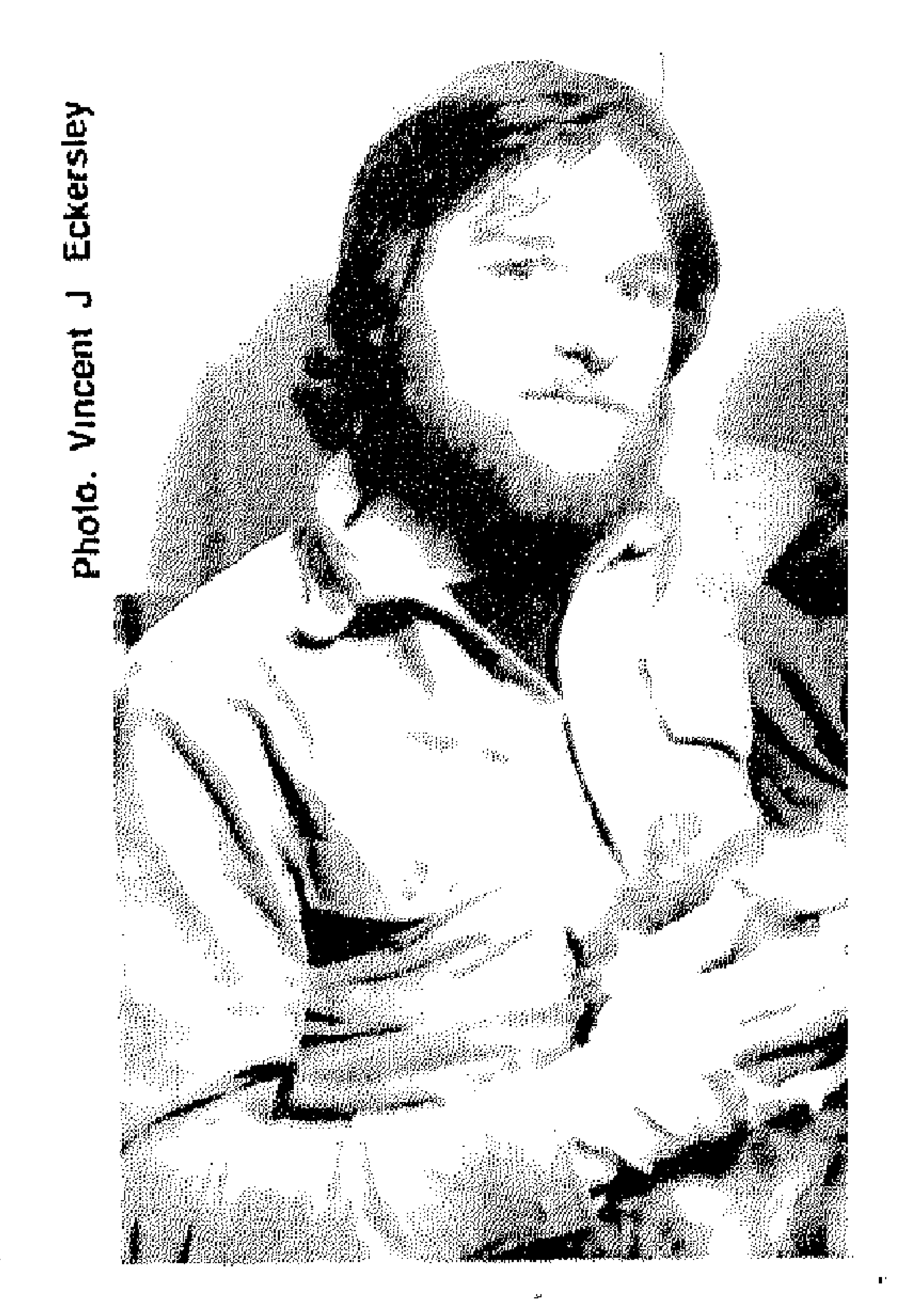
بو شاب أعزب في الخامسة والعشرين من عمره، محبوب، نشيط، ذو لحية شقراء وعينين خضراوين متقدتين. غادر منزله قرابة الخامسة صباحاً حاملاً [illegible] قاربه "دريفتي ٣" البالغ [illegible] أمتار والمصنوع من [illegible] (فيبرغلاس)، [illegible] وأطلق محركه [illegible] رأى من خلال [illegible] التي تبعد كيلومترين.

[illegible] بو متجهاً نحو نورث هافن، الجزيرة التي تبعد ٢٠ كيلومتراً الى الشرق في منتصف الخليج. انه ابحار خطِر على قارب مكشوف في منتصف الشتاء، اذ ان امواجاً كبيرة تتدفق من المحيط وتتصادم مع تيارات غير منتظرة ورياح عاصفة تهب من التلال المجاورة.

بو لم يكن قلقاً، فقد بدأ صيد المحار حين كان في الرابعة من عمره، وعبَر الخليج مئات المرات.

وحين أرسى قاربه في الميناء فكّر في


مأساة واقعية



بو كورنس

خطيبته دنيز وتملكه شعور بالخير. كان مسروراً بيوم آخر للعمل، يوم آخر يقرّبه من عائلة تخصه.

دخان وجليد – الاحوال الجوية وراء حاجز الموج في ميناء روكلاند أخذت فجأة تأخذ منحى منذراً بالسوء. وبدأ "دريفتي ٢" يواجه "دخان البحر" وهو ضباب يرتفع عند تحرك الهواء البارد فوق المياه الاشد حرارة. الرؤية هبطت الى قرابة الصفر، وكان على بو أن يستعمل بوصلته للاحتفاظ باتجاهه شرقاً. ثم لاحظ تغيراً فجائياً في حال البحر مما زعزع قوة أعصابه وحتى مجرى تفكيره.

بعد هنيهة هبت عاصفة قوية مغشّاة بدخان البحر. قدّر بو أنه كان على بعد ستة كيلومترات ونصف كيلومتر عن الشاطىء عندما بدأت تتدفق الى قاربه أمواج راوح علوها بين مترين ونصف متر وثلاثة أمتار ونصف متر وفصل بين الواحدة والاخرى وقت راوح بين عشر ثوان وخمس عشرة ثانية. أما الريح فكانت قوية جداً تراوح سرعتها بين ٦٥ و٨٣ كيلومتراً في الساعة. لا مجال للرجوع. واذا ما حاول بو أن يستدير بقاربه فسينقلب. قال في نفسه: كل ما أستطيع ان أفعله هو توجيه مقدّم القارب نحو الامواج ومتابعة الابحار. فاذا كنت محظوظاً بلغت الجزيرة. وهو قدّر أن تكون نورث هافن على بعد ١٣ كيلومتراً شرقاً.

واذ راح يكافح لحفظ القارب مبحراً خطفت موجة البوصلة الثمينة من يده. ولما لم تعد لديه وسيلة لتوجيه قاربه أصبح في حال يأس. وضل القارب طريقه في الخضمّ الفسيح حيث لا حظّ غالباً في البقاء قيد الحياة.

مع كل موجة عالية كان بو يعطي قاربه دفعاً وينطلق بسرعة تحت رشاش الثلج المتساقط. وامتلأ القارب الصغير ماء، فأخذ بو يرمي في الماء بهوس ما عليه من أشياء: وسائد وحزام تزلج على الماء وأحواض المحار الخشبية. أدرك أنه لن يتمكن من متابعة الابحار ما دام جزء من القارب مغموراً بالماء. فطفق، وهو شديد الاهتياج، ينزح الماء بقارورة مكسورة.

الثلج يتراكم على القارب. حتى بو نفسه بات مغطى بقشرة رقيقة منه. توقع ان ينقلب القارب في أي ثانية ويغرق في الخليج الجليدي. فقال في نفسه: انه موت سريع على الاقل. ساعة أغطس في الماء سأصاب رأساً بصدمة، وتلك هي النهاية. ان رجلا غارقاً في مياه تبلغ

حرارتها درجة مئوية واحدة ينقضي أجله في دقائق.

مواجهة عن كثب – بو كورتس سليل عائلة عريقة جريئة من صيادي المحار. لذلك رأى انه اذا ما كان يسير نحو الموت فلن يكون ذلك من دون مقاومة. ووسط الريح الجارفة والرذاذ الثلجي ظل يدير دفة القارب في الاتجاه الذي أمل ان يكون شرقاً يؤدي الى نورث هافن.

من خلال الثلج المتساقط ودخان البحر رأى شبحاً أسود. واذ ازداد دنواً تبين له أنه عوامة لارشاد السفن. انها العوامة الرقم ٤ التي ترتفع ثلاثة امتار ونصف متر عن سطح الماء وتبعد خمسة كيلومترات عن جنوب فينالهافن وتشير الى مدخل بنوبسكوت. هذا الهيكل الحديد الصغير هو كل ما يقف بين بو والبحر الفسيح وربما بينه وبين الموت المحتم. قال بو في نفسه: يا الهي، ان لي حظاً في النجاة!

واذا بموجة تقذف القارب نحو العوامة. فأمسك بو الركائز الحديد ووضع قدماً على العوامة وأخرى على القارب. وجاءت موجة ثانية سحبت "دريفتي ٤" من تحته. أحكم تمسكه بالعوامة وظل يكافح، وهو متدل، حتى صعد الى ظهرها.

جرفت العاصفة القارب ومعه ذهبت المؤن التي كانت ستساعد بو على البقاء حياً: طعام وثياب اضافية وقارورة قهوة وعلبة غاز للتدفئة ولاعطاء اشارات نارية.

بو يرتجف من البرد القارس. كان يرتدي قميصاً من جلد الغزال خاطته له دنيز، الى ثياب العمل العادية بما فيها حذاء نصفي مطاطي أسود وثياب داخلية عازلة وسترة وصدرة صوفية وصدرة تحتية. كانت ثيابه مبللة وفي بعض الاماكن مجلدة على جسده.

بعد دقائق حرّك بو رأسه مصغياً، فسمع على مقربة منه صوت محرّك. وخلال الثلج رأى قارباً أدكن يتجه نحو الشاطىء. لوّح بيديه وصرخ. لكن القارب مر به، وبسبب العاصفة لم يَرَه أحد ولم يسمعه.

موقد موقت – تساءل بو: ترُى كم سيمضي من الوقت قبل ان يعرف أحد أنني في ضيق؟ وكان وعد شريكه والتر بروشو أن يزوره بعد الظهر. فهما يعملان معاً في صيد المحار منذ خمس سنوات. لكن والتر بقي يومذاك في منزله لاصلاح بعض الانابيب المتجلدة. وكان بو يعلم أن والتر قد ينتظره حتى المساء قبل أن يتصل بخفر السواحل.

واذ جنحت العوامة غاطسة في الماء رفس بو الثلج عن طبقتها السفلى بغية ايجاد موطىء أفضل لقدميه. وأخذ يبحث عن ملاذ. فوق ظهر العوامة بعلو مترين عن سطح الماء حجرات فطيرية الشكل مكوّنة من عاكسات رادار. صعد اليها بو وركبتاه تحت ذقنه ضاغطاً بدنه ليتمكن من المرور عبر فسحات معدنية بعلو ٧٥ سنتيمتراً وعرض متر.

بعد مرور ساعة بدأ يرتجف عاجزاً عن ضبط نفسه. قدماه ويداه فقدت كل حس. العوامة تترجح بقوة وتميل الى الامام جاعلة وجهه على بعد سنتيمترات قليلة عن سطح الماء. كان محشوراً باحكام

بحيث أيقن انه يستطيع البقاء في مكانه. ولكن ما نفع ذلك ان لم يكن قادراً على اجتناب التجمد؟

علم بو بالتأكيد امراً واحداً: اذا كان يريد أن يبقى حياً فهذا شأنه. عليه وحده أن يجد القوة والارادة. بهذا التفكير حوّل كل انتباهه الى أمر معجل هو: كيف يتخلّص من البرد القارس؟

فكّر: ولاعتي الجديدة. انه اشتراها في اليوم الفائت. جربها عدة مرات وأخيراً أضاءت. ولكن ماذا يحرق؟ ربما أحرق قِطعاً من حذائه. يداه باردتان جداً وخدرتان بحيث لا تقويان على تمزيق الحذاء. خلع حذاءه الايسر وفتقه بأسنانه على طول خط الدرز فبات المطاط قطعاً بطـول ٤٠ سنتيمتـراً وعـرض ٢٠ سنتيمتراً.

كانت رجلاه مثنيتين تحته. فسحب ذراعيه من كميَّ صدرته الصوفية وانطوى على نفسه كالطابة داخلها. واذ أصبح محمياً من الريح أخذ يحرق احدى قطع المطاط. الدخان كان فاسداً، لكن الحرارة انبعثت في موقده الموقت. وتعين عليه أن يمد رأسه الى الخارج كما تفعل السلحفاة بغية تنشق الهواء النقي. وبدأ الثلج يذوب عن وجهه، وسرعان ما بدت ثيابه جافة.

كل ساعتين كان يحرق قطعة، وفقاً لحاجته الى الدفء ذهنياً وجسدياً. لكنّ قدميه ويديه ظلت خدرة. وأدرك بو أنه كلما طال بقاؤه على هذه الحال ازداد احتمال خسارته أصابع يديه وقدميه من جراء قضمة الصقيع. أما حرارة النار فضمنت له عدم التجمّد حتى الموت.

وصمم على المقاومة: قد أخسر أجزاء مني، لكنني لن أموت هنا.

ظلام قبل فجر – بعيد الخامسة مساء اتصل والتر بروشو هاتفياً بخفر السواحل وأبلغهم ان بو مفقود. وهو كان يعلم أن بو عندما يتخلف عن زيارته، كما وعد، يكون في ضيق.

بعد مرور ساعة أبحر المعاون روبرت ادامس في زورق نجاة آلي يبلغ طوله ١٣ متراً. لكن راداره تعطل في منتصف الميناء فاضطر الى الرجوع وأخذ زورقاً آخر. ثم أبحر مجدداً. وعندذاك كانت مروحية خفر السواحل قرب منطقة البحث.

حينما سمع بو هدير المروحية فوق رأسه صرخ ولوح بيديه. فجأة أضاء العوامة نور كاشف. وصرخ بو مرة تلو اخرى، لكن النور تحول عنه وتوارت المروحية في العاصفة. فأدرك بو ان المنقذين لا يمكن أن يروه من خلال الثلج المتساقط وهو مختبىء في غرفته الصغيرة.

قبل انبلاج الفجر بساعة شعر بو بأن جسده بدأ يتجمّد. فكرَّ ملياً: ربما عليّ أن أقفز من العوامة وأخلص من هذا الوضع، أو ربما أهون عليّ أن أستسلم للرقاد.

ثم تذكر خطيبته دنيز وتساءل: ترى ماذا ستفعل بعدي؟ وجدد تصميمه: لن يجدني أحد هنا مجمداً في العوامة. سوف أنجو!

كان يظن أن ضوء النهار لن يطلع عليه أبداً. ولما طلع رأى جزيرة فينالهافن على بعد حوالى خمسة كيلومترات شمالاً. وللمرة الاولى عرف أين هو.

في الثانية بعد الظهر. لمح المراقب

على سفينة خفر السواحل شيئاً على ظهر العوامة الرقم ٣. ظنه في البدء عصفوراً، ثم تطلع بمنظاره فرأى رجلا يلوّح بيديه. لم يصدق الرقيب البحري توم وليم ما رآه.

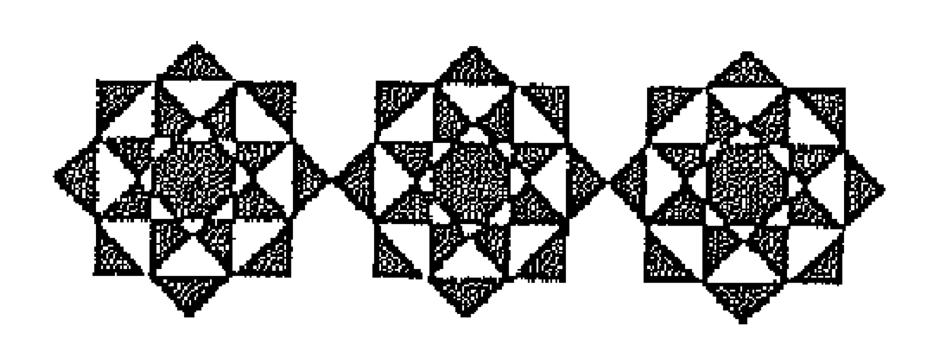
ولما وصلت السفينة الى محاذاة العوامة حاول بو أن يقف. لكنه كان لاصقاً بالمعدن. وبعد جهد حرر نفسه جالفاً جلد ظهره. كان كله أسود اللون بما فيه شعره ووجهه. وظن منقذوه انه ضحية قضمة صقيع. لكن ذلك كان نتيجة ما تراكم عليه من سخام ناتج من حرق حذائه. لقد صارع البحر طوال ٢٧ ساعة. وبقي حياً.

ومع ان يدي بو كورتس قضمهما الصقيع فلم يخسر الا طرف ابهام واحدة. ولم تكن في قدميه ورجليه اصابات دائمة. وأخبره الاطباء ان السخام حفظه من البرد.

اما اليوم وقد تعافى بو من محنته فهو يفكر بعض الاحيان في حذائه المطاطي البسيط. ويقول: "الاشياء الاساسية البسيطة هي التي يحسب لها اكبر حساب في الحياة. وأعظم ما في الحياة جوهراً وأهمية: العائلة، والاصدقاء، ومَن نحب، ومَن يُحبنا."

التفكير في هذه الامور، والايمان والعزم، هي التي حفظت بو حياً خلال تلك الليلة الطويلة على العوامة.

دون سنايدر



سكرتير الدار

ازداد انهماك أمي في الاعمال الخيرية والتطوعية، وراح أبي يتذمر من أن كل الاتصالات الهاتفية ترد باسمها، فبات يرد على هذه الاتصالات قائلا: "هنا سكرتير السيدة ليلى. هل في امكاني مساعدتك؟"

ولكن كانت لامي الضحكة الاخيرة. ففي أسبوع تكريم السكرتيرات تلقى والدي بارتباك شديد وفي حضور جميع موظفيه باقة زهر مع بطاقة كتب فيها: "من زوجتك، تقديراً لخدماتك."

ف.ل.

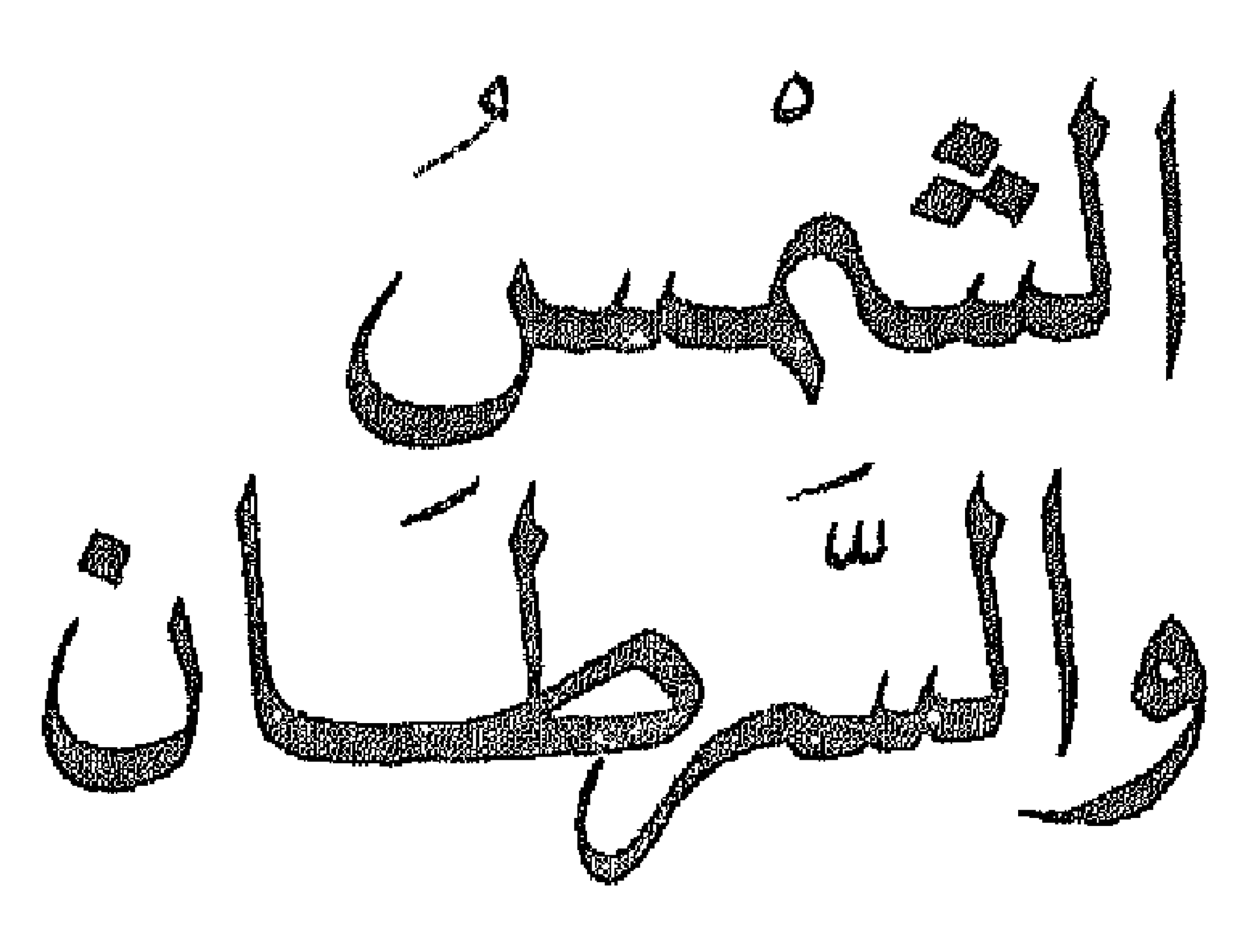
"ضروريات" جامعية

أرسل أبي الى شقيقتي في الجامعة بطاقة اعتماد لشراء حاجات ضرورية طارئة. لكنها اعتبرت شراء مزلجتين والاشتراك في رحلة سياحية من الحاجات الضرورية. ولدى رجوعها الى البيت كنا نتناول العشاء. فأخذ والدي يشم الهواء ثم قال: "انني أشم رائحة شيء يحترق." ونظر الى حافظة نقودها ثم هتف: "ها هو." وبعدما ارتدى قفازاً واقياً سحب بطاقة الاعتماد من حافظتها بحذر شديد وأسرع ورمى بها في الثلاجة.

فأدركت شقيقتي مغزى ذلك.

ل.ب.

تدابير وقائية واعية
تنقذك من المرض المهلك



الشمس والسرطان

لم يكن المصور جورج كاردوزو من المتحمسين لاسمرار البشرة. لكن حبه القديم للابحار أجبره على المكوث ساعات في الشمس المحرقة. فصبغت بشرته كل صيف بلون أسمر ذهبي. وهو يقول: "مظهري المعافى منحني شعوراً طيباً."

تلاشى كل ذلك في العام ١٩٨٠ عندما لاحظ كاردوزو وهو في عامه الستين قرحاً دائماً في أنفه. ويتذكر: "كان القرح يكتسي قشرة كأنه في طور الشفاء، ثم ينزّ من جديد."

في البدء جرب المراهم التجارية، وبعد شهرين استشار اختصاصياً بأمراض الجلد.

هل أقلقه سرطان الجلد؟

"لا، فبشرتي لم تكن شقراء لذا حسبت أنني في مأمن."

وهكذا فوجىء كاردوزو حين أعلم أن الخلايا التي انتزعت من مكان العلة مصابة بسرطان قاعدي الخلايا (١) وهو الورم الجلدي الخبيث الاكثر انتشاراً.

وفكر كاردوزو: "لا يهم، فهذا النوع من السرطان ليس خطراً." لكن الدكتور بيري روبنز رئيس مؤسسة سرطان الجلد في نيويورك يصرح: "هذا صحيح إن عولج الأمر حالما تلاحظ تغيرات في الجلد." أما في حالة كاردوزو فإن أشهر التأجيل خولت الورم السرطاني التسرب الى الانسجة المجاورة والتحتية. فكانت النتيجة أن اضطر الجراح الى حفر ثلم خفي ودائم في منخر كاردوزو الأيسر.

كاردوزو واحد من مئات الألوف الذين يصابون بسرطان جلدي كل سنة وذلك

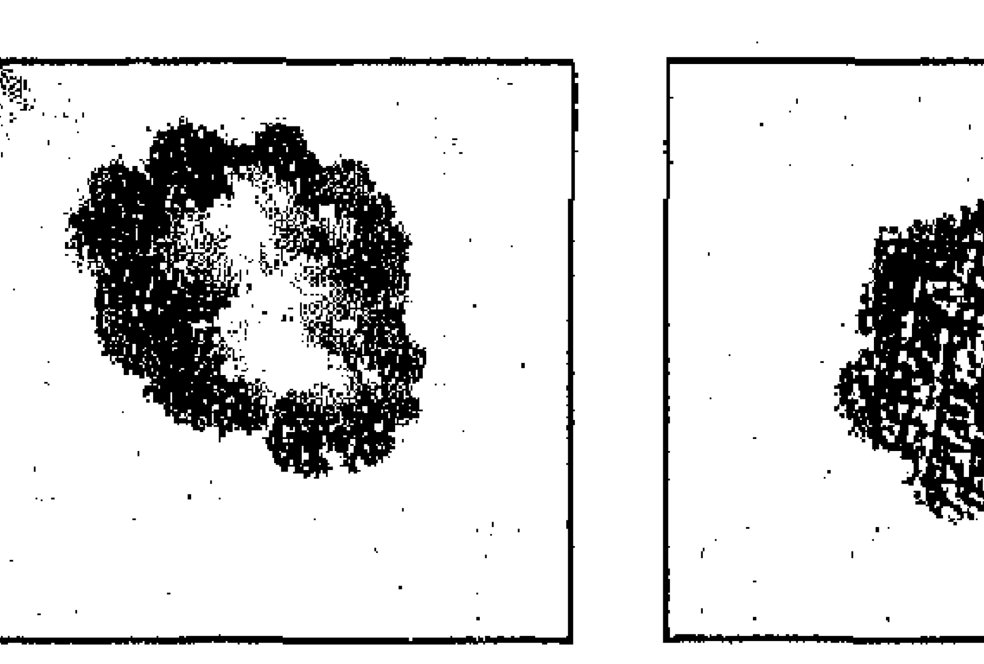
(١) Basal-cell carcinoma

بسبب الإفراط. في التعرض لاشعة الشمس فوق البنفسجية. وغالبية الضحايا يصابون بالسرطان القاعدي الخلايا وهو داء غير مميت يظهر عادة في الأنف وحول العينين. لكن عدداً أقل يتعرض للسرطان الحرشفي الخلايا (٢) الذي ينشأ في أي مكان من الوجه أو الناس يمارسون نشاطات تدعوهم الى قضاء أوقات طويلة في الشمس. أما اولئك الذين يتعمدون صبغ بشرتهم باللون الأسمر فإنهم في الواقع يعملون على تدمير خلاياها الرقيقة بلا رحمة إلى درجة أن بعضها يبدأ عملية نمو غير طبيعي.

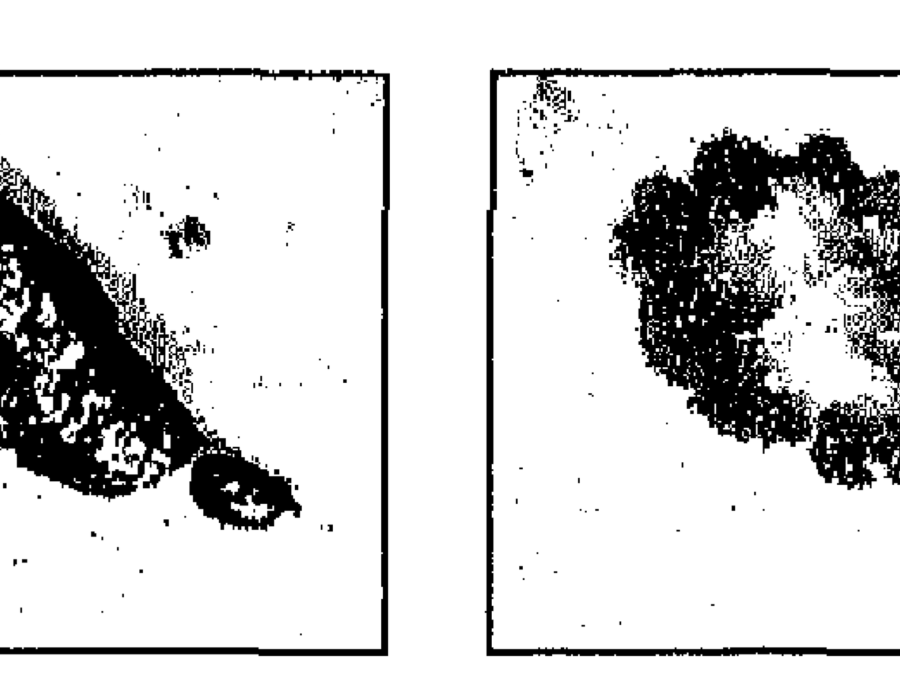
اشارات الخطر: من الشذوذ الى السرطان



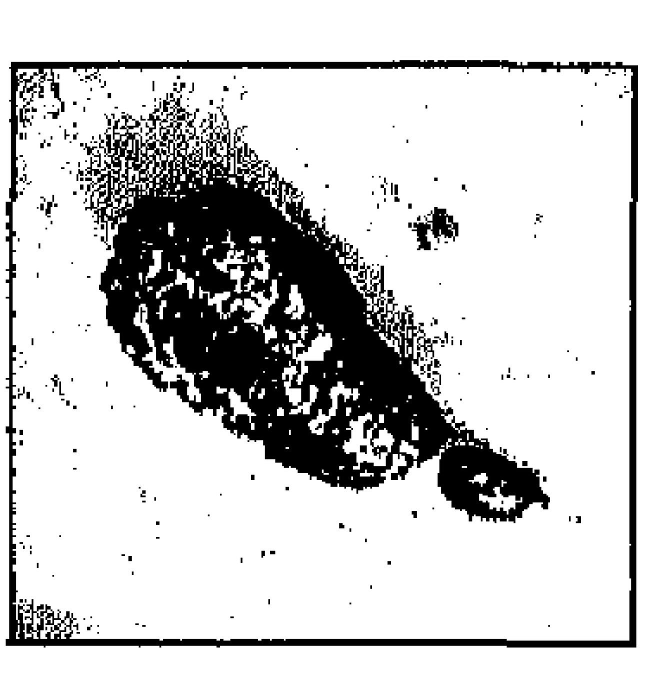
خلية قاعدية
هذا هو أكثر أنواع السرطان شيوعاً، وقد يظهر كنمو ناعم مقعَّر في الوسط.



ورم قتامي باكر
نمو رقيق يعد بالشفاء لانه ربما لم يتفش بعد.



مرحلة متوسطة
ورم قتامي أكثر كثافة واتساعاً وذو حد غير منتظم. قد لا يكون شفاؤه سهلاً.



سرطان متقدم
ورم قتامي منتفخ قد يستحيل شفاؤه لانه قد يكون امتد الى مواضع أخرى من الجسم.

"نيوزويك"

الجسم فينمو أسرع من السرطان القاعدي وغالباً ما يليه امتداد في الورم مما يتطلب جراحة أكبر. ومن ناحية أخرى فإن قلة تصاب بالورم القتامي الخبيث (٣) وهو من النوع السريع الانتشار الذي يهلك ربع ضحاياه. لكن القلق الاكبر مبعثه تكاثر الإصابات بسرطان الجلد بجميع أنواعه.

لم هذا "الانفجار" المفاجىء؟

"لا داعي الى النظر بعيداً!" يجيب الدكتور وليم روبنسون رئيس قسم أبحاث السرطان في كلية الطب بجامعة كولورادو في دنفر. فاتساع أوقات الفراغ جعل

أيعني ذلك وجوب تجنب الشمس كلياً؟ يجيب الدكتور روبنسون نافياً: "كل ما يتطلبه الأمر فطرة سليمة وفحص ذاتي وبعض المعلومات الرئيسية عن المرض."

□ يبدأ السرطان الجلدي عندما تحفز إحدى الخلايا على النمو السريع الذي يتعذر ضبطه. وفي حين أن أشياء كثيرة قد تثيره، ومنها التعرض الزائد للأشعة السينية (اكس) أو للمواد الكيميائية، فان الحافز الأهم في معظم الحالات هو الشمس. بطريقة أو بأخرى يتسبب

---

(٢) Squamous-cell carcinoma
(٣) Malignant melanoma

Photos: Skin Cancer Foundation

التعرض المتكرر للأشعة فوق البنفسجية في تخريب "حبال" الحمض النووي «DNA» (٤) في الخلايا، وهي المسؤولة عن عملية ضبط النمو.

وحتى ان لم يتسبب التعرض المفرط للشمس في السرطان، فانه يهرم الجلد من دون شك. قبل زمن قريب عرضت على طلاب صف لعلم الاحياء في جامعة كاليفورنيا بلوس أنجلس صورة مقرَّبة لصدر مجعد وملطخ ظنوه لامرأة مسنة. لكن الصورة الكاملة أبانت إحدى أشهر العارضات في العالم وهي في الثلاثين من عمرها. وقد أظهرت الصورة آفات ربما كانت سرطانية، انتزعت من وجهها وجسمها. والسبب الراجح هو السنوات الكادة من الاسمرار من أجل اكتساب مظهر خارجي "صحي."

▫ الجميع معرضون للسرطان الجلدي، من الاسكندينافيين الشقر إلى الافارقة السود. ومع ذلك فإن مدى تأثيره في الشقر أكبر بعشرة أضعاف. ويقول الدكتور بيري روبنز: "الاكثر حساسية هم ذوو الشعر الأشقر والأحمر والكستنائي الفاتح والعيون الزرقاء والخضراء والرمادية."

▫ لحسن الحظ، ينذر سرطان الجلد بظهوره باكراً مما يجعله قابلا للشفاء التام إن تمت معالجته على نحو فاعل. ولكن يجب أن تعرف عما تبحث. فاختصاصيو الجلد في كلية الطب بجامعة نيويورك يصرون على ضرورة اجراء فحص ذاتي مرة على الاقل كل شهرين. عليك باستعمال المرايا لتحصل على رؤية كاملة لجسدك من الخلف والامام، ولا تنسَ أن تتفحص باطن قدميك وفروة رأسك. فالغرض من ذلك هو تعوُّد حجم كل شامة أو علامة في جسمك، كذلك شكلها ولونها. ولدى حدوث أي تغير فستلحظه في مراحله الاولى القابلة للمعالجة.

ويذكر الدكتور روبنز ان "أي تغير في اللون أو الحجم أو السماكة أو الملمس أو المحيط، كالتحول من شكل مستدير الى شكل غير منتظم أو ظهور وسط مقعر، أمر يستحق الفحص." وهناك علامات أخرى منها بقع تثير الحكاك أو تؤلم أو تكتسي قشرة أو تتأكل أو تنزف باستمرار، وقروح جديدة غالباً ما تغلف بقشرة ثم تنفتح وتبقى أكثر من أربعة أسابيع.

▫ من الممكن منع نشوء سرطان الجلد. إن كان هذا المرض أصاب أحداً في عائلتك أو كان جلدك سريع الاحتراق، فتجنب التعرض المباشر للشمس بين العاشرة صباحاً والثالثة بعد الظهر حين تكون الأشعة فوق البنفسجية في أوجها. إرتدِ قبعة عريضة الحافة وسترة ذات كمين طويلين وسروالا طويلا وقفازين إنْ اضطررت الى المكوث في الشمس. غطِّ الجلد المكشوف بمرهم واق يمنحك حماية قصوى من أشعة الشمس.

وحتى إن كانت بشرتك سمراء ولم يكن في تاريخ عائلتك أثر للمرض، فالدلائل الطبية تقترح احتراساً مماثلا من الشمس. حاذر الوسائل الحديثة مثل المرايا العاكسة والمصابيح الشمسية والمؤسسات التجارية التي يقصدها من يسعى الى لون أسمر يدوم طوال السنة. علِّم أولادك العادات ذاتها، فقد ربطت

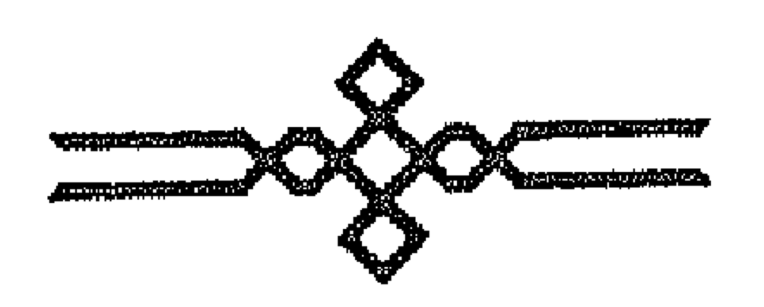
(٤) Deoxyribonucleic acid

الدراسات بين حروق الشمس المبكرة والاصابات بسرطان الجلد في مرحلة لاحقة من العمر.

▫ ان معالجة سرطان الجلد تتوقف على نوع الورم الخبيث وعلى مدى التبكير في تشخيصه. وفي العادة تشمل الخطوة الأولى ازالة النمو الشاذ بواسطة الاستئصال الجراحي أو التجميد أو الكي الكهربائي أو طريقة الدكتور فريدريك موس التي تعتمد جراحة مجهرية للجلد طبقة تلو طبقة مؤدية إلى تدمير أقل كمية ممكنة من الأنسجة السليمة مع نسبة عالية من الشفاء. أما في حالات الورم القتامي فينصح الطبيب باستئصال واسع وفحوص إضافية.

وعلى رغم أن الشمس هي المسبب الأول لسرطان الجلد، فالفطرة السليمة وبضعة تدابير بسيطة تمنحك في معظم الحالات الوقاية اللازمة للحفاظ على شباب بشرتك وتجنبك التشوه وربما انقذت حياتك.

ستانلي إنغلبارت



أبعاد الطبيعة

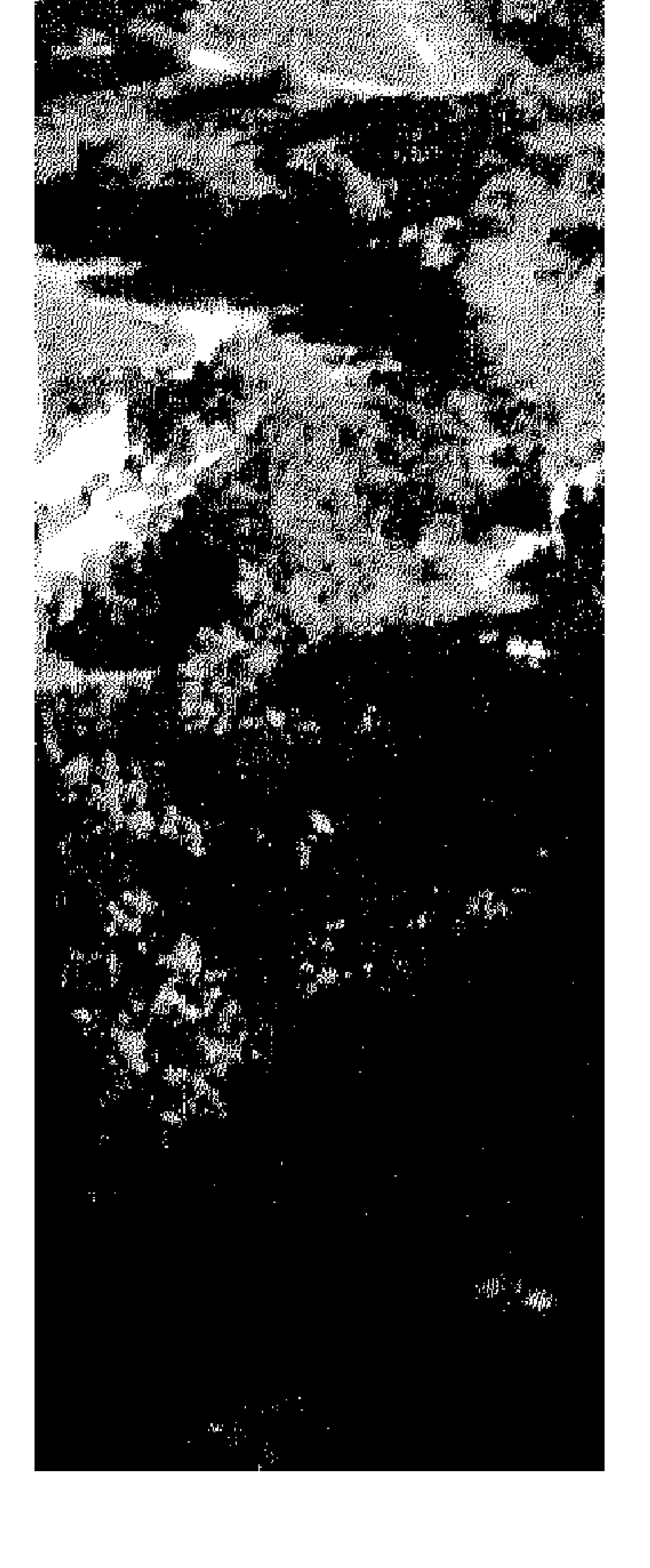
الواقع بالنسبة الينا لا حصر له. لكن قصور الكلمات عن التعبير الدقيق غالباً ما يثير مشاكل لكتابنا. اذا ما تحدثنا عن نهر ما، فأحد الانهار الكبيرة الذي يستطيع الاوروبي أن يتخيله هو الدانوب البالغ طوله ٢٨٥٨ كيلومتراً. كيف يمكنه أن يتخيل الامازون الذي يبلغ من العرض في بعض نقاطه أن الواقف على احدى ضفتيه لا يرى الضفة الاخرى؟ وكلمة "عاصفة" تعني للاوروبي شيئاً مختلفاً تماما عما تعنيه لنا. وما يصح في العاصفة يصح في "المطر" الذي لا يشبه أبداً الغيث المدرار والعواصف الهوج التي تزعزع الارض والاعاصير التي تنثر البيوت في الفضاء، كل هذه ليست من مبتدعات خيالنا، لكنها أبعاد الطبيعة في عالمنا.

غبريال غارسيا ماركيز، صحافي وروائي

دماغ مالك الحزين

كان مالك الحزين حاملا ريشة بمنقاره وهو يتنقل على ضفة جدول يتفحص ضحضاحاً من الماء. فجأة تجمد وحصر انتباهه في بقعة صغيرة على وجه الماء. ثم رمى الريشة بدقة على الموضع الذي كان يتفحصه، فاذا بسمكة تدنو من الريشة – الطعم. وبسرعة السهم التقطها مالك الحزين وابتلعها. ان الطائر، بدماغ صغير جداً بالنسبة الى دماغ الانسان، يستعمل طعما لالتقاط سمكة بما يشبه كثيراً الطريقة التي يتبعها الانسان.

ب.و.



قصر فادوز.

ضرائب مخفضة وحرية اقتصادية حولت هذه الامارة الرائعة مركزاً عالمياً للصناعة والتجارة والصيرفة



الامير فرانتز جوزف الثاني

كلنا يعرف ليشتنشتاين، او يظن أنه يعرفها. فالبلد الصغير الذي تبلغ مساحته ١٦٠ كيلومتراً مربعاً والقابع بين جبال الالب الخلابة في وادي الراين الاعلى على الحدود السويسرية – النمسوية، يبدو كبلد تروى عنه حكايات تشبه حكايات الجن. قممه تكللها الثلوج، ومراعيه تنتشر فيها الابقار، والقصر الذي عمره ٧٠٠ سنة يسكنه أمير وأميرة. وماذا يمكن أن يحويه بلد يتألف من ١١ قرية صغيرة، ولا جيش لديه ولا عملة خاصة به، وعاصمته فادوز ليست فيها محطة قطار؟

إنها أرض وجدتُ من خلال زيارتها في ربيع ١٩٨٦ أنها تبعث على الاعجاب. فخلف طابعها الهادىء طاقة صناعية كبيرة، إذ أن معظم سكانها البالغ عددهم ٢٧ ألفاً يعملون في قطاع الصناعة ونسبتهم تفوق نسبة العاملين في هذا القطاع في ألمانيا الغربية والولايات المتحدة. أمّا البطالة فغير موجودة عملياً، إذ دل إحصاء أخير على أن ٢٩ مواطناً فقط لا يعملون.

Photos: Presseburo W.B. Wohlwend



إنّ اكبر مستخدم في البلد هو شركة "هيلتي أ.ج."(١) أحد أكبر صانعي الادوات اليدوية ومعدات البناء والمزاليج والمسامير والعوارض الفولاذ في العالم. وفي العام ١٩٨٥ بلغت قيمة مبيعاتها ملياراً ونصف مليار فرنك سويسري (٩٠٠ مليون دولار) في ٨٠ بلداً مختلفاً. وصرّح أندرياس زوغ المدير المالي للشركة: "يتعجب الناس دوماً عندما يعلمون أننا نستخدم ١٤٠٠ عامل في ليشتنشتاين وقرابة ٩٠٠٠ في أنحاء العالم."

وفيما كان مايكل هيلتي، أحد مديري هذه الشركة العائلية، يريني المجمّع الصناعي في شان، أخذ يكلمني على البداية المتواضعة للشركة. ففي العام ١٩٤١ بدأ والده مارتن وعدد من مساعديه صنع شموع إشعال للسيارات وأدوات أخرى في مرأب. ومن ثم وسع هيلتي نطاق عمله. واذ كانت السوق المحلية ضيقة جداً، فقد أيقن مارتن أن التطور يعني التصدير. وقال لي مايكل: "عليك

(١) Hilty AG

أن تكون الافضل في مجال عملك، وإلا فلن تنجح في الاسواق الاجنبية."

تأقلم وتجديد – انّ ايجاد مجال العمل الصحيح والبراعة فيه هما الاسلوب عينه الذي اتبعته شركة "بريستا"(٢) المختصة بصنع قطع معدنية متطورة من طريق تكنولوجيا متقدمة. وكان المصنع أنشىء في العام ١٩٤١ على حدود ليشتنشتاين والنمسا لانتاج الذخيرة. ويوضح جيرار بويفلين رئيس الشركة أن "صنع الذخيرة كان من المهن القليلة المزدهرة في ذلك الزمن."

أما اليوم، وبفضل أربعة معامل في أربعة بلدان مختلفة، تصنع بريستا قطع غيار للسيارات. ومن زبائنها شركات "فيات" و"فولفو" و"كرايزلر" و"فورد" و"أوبل" و"أودي" و"ب.م.ف." و"فولكسفاغن". وتفخر الشركة بجائزة نالتها من كرايزلر في العام ١٩٨٥ لجودة انتاجها، إذ هي صنعت ١،٤ مليون قطعة فولاذ من دون عيب أو نقص في أي منها. ولا عجب في أن تكون بريستا بين أفضل الشركات في حقلها في أوروبا، علماً أن اجمالي مبيعاتها في ليشتنشتاين بلغ في العام ١٩٨٥ ١٠٠ مليون فرنك سويسري (٤١ مليون دولار).

وثمة مصانع أخرى في ليشتنشتاين تتنافس في عدد من المجالات. مؤسسة "ايفوكلار أ.ج. فيفادنت"(٣) مختصة بصنع مواد ومعدات لطب الاسنان. وقد صدّرت منتجاتها بما فيها أسنان اصطناعية، الى أكثر من ١٠٠ بلد. أما مؤسسة "بالزرز" فتنتج أجهزة تكنولوجية فراغية تعنى بصنع أغشية رقيقة، كسطوح مقاومة للانعكاس في عدسات النظارات وآلات التصوير، وطبقات واقية تستخدم في المعدات وقطع الغيار. ومن القصص الناجحة أيضاً قصة مجموعة "هيلكونا" للمنتجات الغذائية و"هوفال" ذات الاختصاص بنظم التدفئة المتطورة.

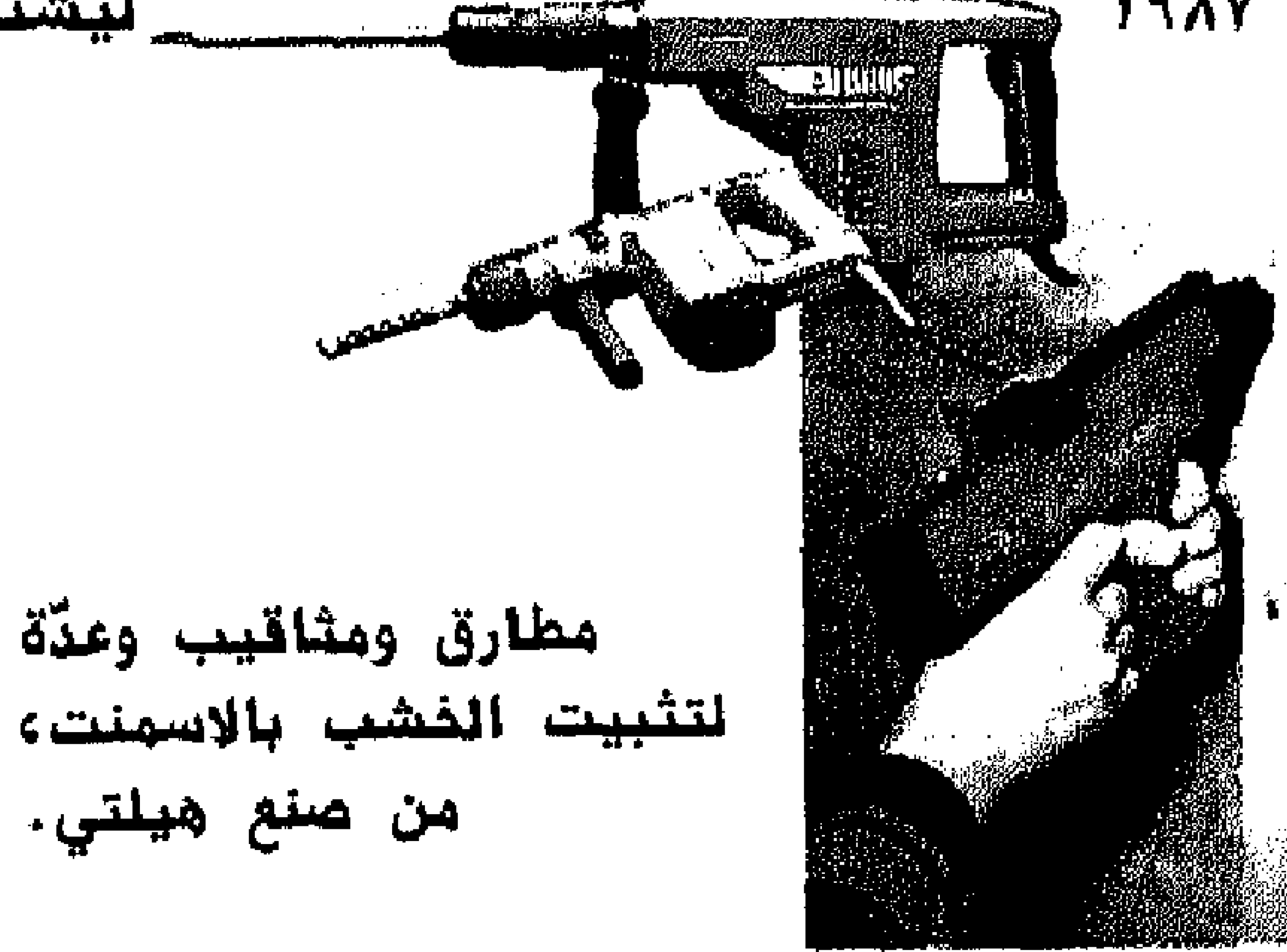
وعلى اختلاف مجالاتها، ثمة قاسم مشترك بين هذه الصناعات هو القدرة على التأقلم والتجديد. فمنها ما يكرّس ١٥ في المئة من الايدي العاملة للبحث والتطوير. ويجمع رجال الاعمال في البلد على أن العائلة الحاكمة تحض على التجديد والتأقلم.

أفكار الامير – أمراء ليشتنشتاين الاصليون، شارل وماكسيميليان وغونداكر، نالوا لقب الامارة في اوائل القرن السابع عشر مكافأة لهم على خدمات أدّوها لعائلة هابسبورغ المالكة والامبراطورية الرومانية. وهكذا بدأ عهد ليشتنشتاين الطويل في بلاط الامبراطورية النمسوية. ويعود تاريخ البلاد كأمة الى العام ١٧١٩ عندما تأسست الامارة. وعلى مر السنين رعى الامراء البلد، لكنهم أقاموا معظم الوقت في فيينا. وبقيت الحال هكذا الى أن جاء فرانتز جوزف الثاني في العام ١٩٣٨ فكان أول أمير يقيم في بلاده على نحو دائم.

قبل مجيء فرانتز الى ليشتنشتاين كان السكان يعيشون على الزراعة، واقتصرت صناعاتهم على بعض أعمال النسيج

(٢) Presta, Press-und Stanzwerk AG

(٣) Ivoclar AG — Vivadent



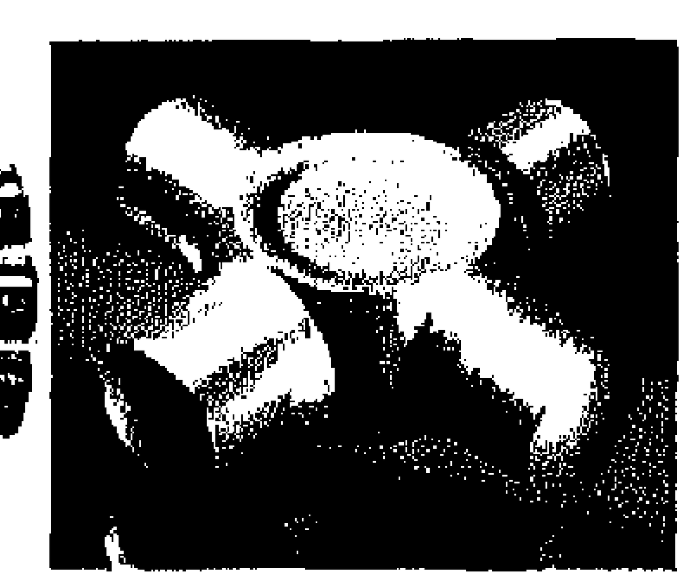
مطارق ومثاقيب وعدّة لتثبيت الخشب بالاسمنت، من صنع هيلتي.

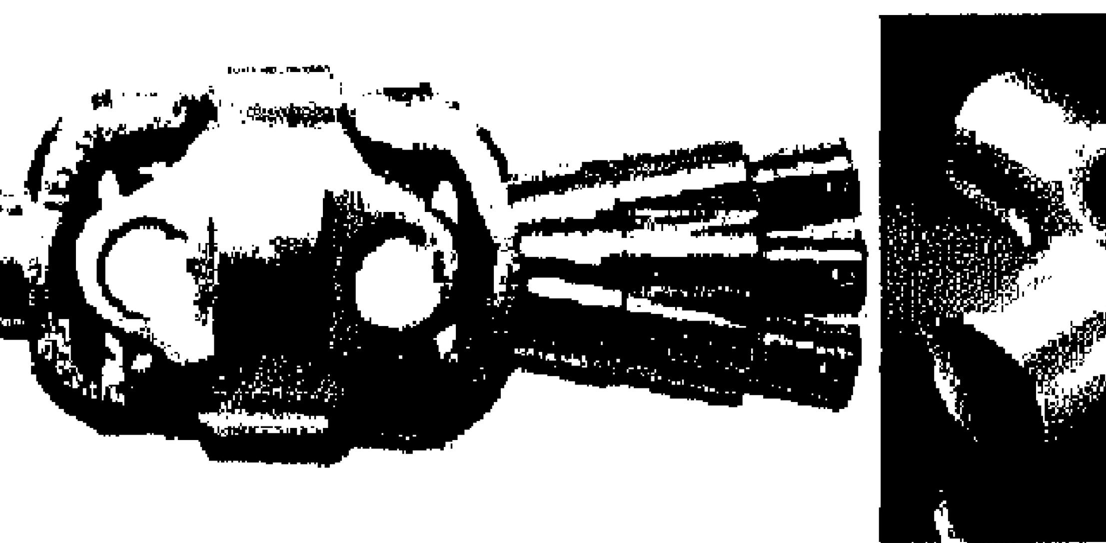
والبناء التي لم تستلزم توظيف أكثر من ٣٠٠٠ شخص. والى ذلك لم تكن ثمة صادرات ولم تتوافر وظائف تذكر.

شجع فرانتز جوزف الثاني الصناعة كي تفتح الباب واسعاً أمام ليشتنشتاين لدخول العالم الحديث. وعمل على خفض الضرائب مفسحاً في المجال لاصحاب العمل لزيادة رؤوس أموالهم. ونتيجة تلك الاجراءات نجح فرانتز جوزف الثاني في تعزيز قطاع الصناعة الى درجة أن أقل من أربعة في المئة من السكان يتعاطون الزراعة اليوم في حين أن ٤٥ في المئة منهم يعملون في الصناعة (بالمقارنة مع ٢٨ في المئة في الولايات المتحدة و٤١ في المئة في ألمانيا الغربية).

وفي العام ١٩٨٤ تنازل فرانتز جوزف (٨١ عاماً) عن جميع سلطاته، الا الرسمية الشعائرية، لولي عهده الامير هانتز آدم. واول ما فعله الامير في قصر فادوز اقامة اتحاد جمركي مع سويسرا. ومنذ اقرار الاتحاد في العام ١٩٢٣ تعامل ليشتنشتاين على الصعيد التجاري كأنها جزء من جارتها، حتى انها تعتمد الفرنك السويسري عملة رسمية. وكان ذلك عاملا ايجابياً للامارة في قارة يعيش رجال الاعمال فيها هاجس التقلبات السريعة في أسعار القطع مما يلحق ضرراً بالغاً بارباحهم ومن شأن عملة مستقرة أن تسمح لرجال الاعمال بتحديد التكاليف بدقة واتخاذ قرارات أفضل لاستثمارات طويلة الاجل.

من جهتها، ترعى سويسرا الشؤون الخارجية لجارتها، علماً أن الامارة تحتفظ بحقها في عقد اتفاقات منفصلة. والى ذلك يُرى تأثير سويسرا واضحاً في القطاع المصرفي في البلاد. فما من مصرف يفشي معلومات مالية عن زبائنه، حتى الى الحكومة، إلّا في الحالات الجنائية. وعندما بدأت سويسرا تطبيق





قطع وصل لسيارة من صنع "بريستا".

هذه السياسة في العام ١٩٣٤ بهدف حماية موجودات الزبائن الالمان اليهود من المصادرة النازية، تبنتها ليشتنشتاين تلقائياً. وهي ما زالت معتمدة هنا، لا بل هي أحياناً أكثر تشدداً مما هي في سويسرا. وهناك مثل يردَّد كثيراً: "اذا أردت مصرفاً سويسرياً حقيقياً فتوجَّه الى فادوز."



نُظُم "بالزرز" لتغليف العدة وصنع رقائق سيليكون.

Photos: PRESTA AG-Eschen, Liechtenstein

اذا كانت السريّة المصرفية والعملة القوية تجذبان المال الى ليشتنشتاين فان الضريبة المتدنية على الشركات تحفز اصحاب رؤوس الاموال على تعزيز اعمالهم فيها. والى ذلك لا تفرض ضريبة على أرباح الشركات الاجنبية. أما الضريبة الشخصية فتراوح بين ٣،٦ و١٧،٨٢ في المئة على الدخول التي تتعدى ١٩٦ ألف فرنك سويسري (١١٩ ألف دولار). وتكفي مقارنة ذلك بما يطبق في بريطانيا، حيث تصل الضريبة القصوى الى ٦٠ في المئة والدنيا الى ٢٩ في المئة.

حمر وسود - ولكن ثمة عائق واحد يكبل ليشتنشتاين هو قلة الايدي العاملة. فالعمال البالغ عددهم ١٢ ألفاً غير كافين لتشغيل المصانع المتنامية، فضلا عن ندرة تنشئة مديرين للمصارف والاعمال يضمنون بقاء مصانع البلاد في الطليعة. ويؤتى بنحو ٤٠٠٠ عامل مياوم من سويسرا والنمسا.

يقول بوغلن: "في ليشتنشتاين لا يستطيع رب العمل تحمل خسارة الناس ولا حتى اغاظتهم." ونتيجة ذلك يعتبر العامل في الامارة من أفضل العمال أجوراً في العالم.

وفي محاولة لكشف خلل ما في البلاد، تناولت الجانب السياسي فوجدت كل شيء على ما يرام. ففي ليشتنشتاين حزبان سياسيان هما "الحمر" و"السود" يتعاونان في حكم البلاد منذ العام ١٩٣٨. يدعى الاول "حزب الاتحاد الوطني" والثاني "حزب المواطن التقدمي." ولا فرق كبيراً بينهما. وسكان البلاد يمزحون قائلين ان الحزب الاول "أميري وبورجوازي" في حين أن الحزب الثاني "بورجوازي وأميري." وكلا الحزبين يعتمد الشعار ذاته: "الايمان بالله والثقة بالامير وموطن الاجداد." والحكومة ذاتها تتألف من خمسة أشخاص فقط، اثنان منهم يعملان دواماً كاملا هما رئيس الوزراء ونائبه.

وخلافاً لبلدان أخرى يبدو أن ليشتنشتاين قادرة على تسيير أمورها بذاتها. فلا جيش لديها منذ العام ١٨٦٨، كما أن الحكومة نادراً ما تتدخل في الاقتصاد، بيد انها تعنى مباشرة بانتاج أشهر سلعها المصدّرة، وهي الطوابع البريدية التي تدر عليها سنوياً ٢٥ مليون فرنك سويسري (١٥ مليون دولار) وتلقى عناية واهتماماً لدى هواة جمع الطوابع في العالم.

ليشتنشتاين صغيرة المساحة، لكن ربحها كبير.

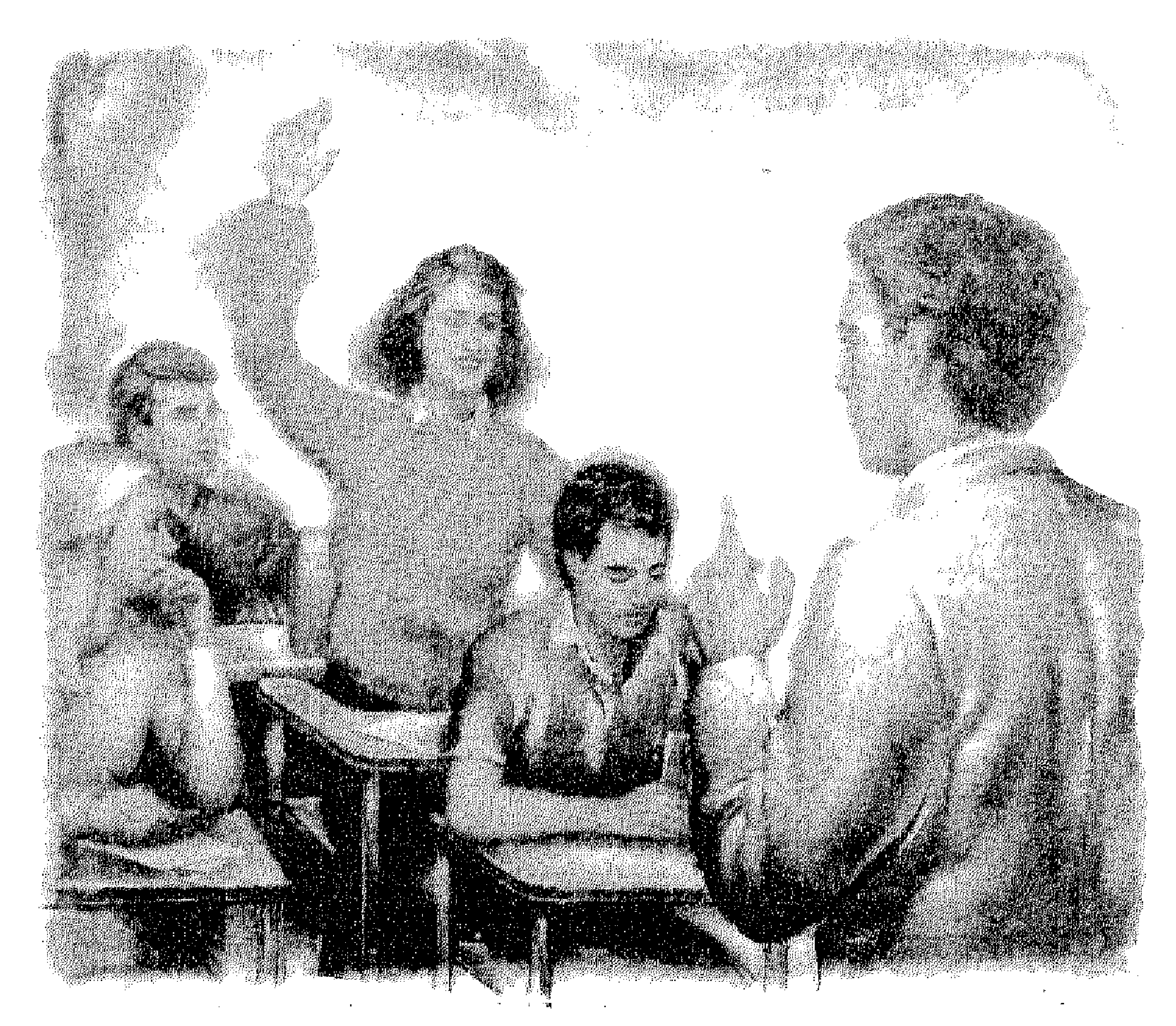
وليم ماغورن

❁❁❁

لو عُرفت موسيقى الروك الصاخبة في القرن التاسع عشر، لما أثارت استياء بيتهوفن. لا تنسوا أنه كان أصمّ.

ا.ل.

روائي ذائع الصيت يثني على تلميذته السابقة الأثيرة



المعلِّمة والأستَاذ

في باكورة الستينات كنت أعلم الآداب الانسانية (الحق والخير والجمال) في جامعة بنسلفانيا الحكومية، وكانت يدها مرفوعة دوماً.

ما الفارق عند أرسطو بين الافعال اللاإرادية والافعال غير الإرادية؟ آنسة روزنبرغ؟

ماذا يعني هيوم بقوله إن قواعد الفنون ليس مبعثها العقل بل التجربة؟

هل من مجيب؟ آنسة روزنبرغ؟

لمَ كل تلك الجسور في رواية "الجريمة والعقاب"؟ لنسمع الجواب من أحد غير الآنسة روزنبرغ هذه المرة. (لا أيدي مرفوعة. تنهيدة). آنسة روزنبرغ؟

اجاباتها صحيحة تنم عن تفكير عميق، مستندة على نحو لا يخطىء الى إعداد متمكن للمقررات الدراسية. إن لم تكن ألمع الطلاب الذين علمتهم في

Condensed from Harper's Magazine (November '86), © 1986 by Harper's Magazine Foundation, New York, N.Y. Illustration: Cary Henrie

حياتي (وأنا لقنت ما يربو على ألف طالب الى الآن) فهي الابرز. ولا يعني ذلك انها طيعة، فهي ان لم تستوعب فقرة ما، تستنطقها وتستجوبني حتى تفهمها أو أفهم أنا أني لا أفهمها بدوري.

ان جمعها بين الجدية الأكاديمية والمعنوية، ومثابرتها ونشاطها وحيويتها، أنالتها علامات متفوقة.

والفتاة فاتنة ايضاً: أنيقة ولائقة بدنياً، تلعب كرة السلة وكرة المضرب وتبارز بالسيف. شعرها الكستنائي مسرح بنعومة، ولها عينان بنيتان لامعتان وابتسامة مشعة.

بعد عشر سنين أمضيتها في كلية للشباب فقط، ما زلت أشعر بأن وجود البنات في الصف يضفي عليه جواً ملطفاً.

والآن، ما هي الدرجة الاولى في "سلم المحبة" عند أفلاطون؟

لا احد يذكر؟ آنسة روزنبرغ؟

ولذّ لي ان اسمع من احد زملائي ان افضل طالباته (وطالباتي) تكن مشاعر ود تجاه أساتذتها المفضلين. بلغني ان الآنسة روزنبرغ ذات تربية صارمة وأداء متفوق يمكنها من التخرج أولى في صفها المكون من ثلاثة آلاف طالب أو أكثر، وأنها ظمأى الى الرعاية والاطراء، يجرح شعورها بسرعة وتجهدها التقارير الفصلية والامتحانات التي كانت تجلي فيها.

كما أنها تجود بمشاعرها بسخاء متوخية حداً أدنى من المشاعر المتبادلة.

المرتبة الثانية في السلم: هل من مجيب؟ لا ايدي بالطبع سوى يد الآنسة روزنبرغ.

أثناء تحضيرها لنيل علامة كاملة في مادة الآداب عقدنا بعض الاجتماعات في مكتبي. ونالت شهادة البكالوريوس بأعلى معدل في صفها، مما كرسها رسمياً الخريجة ذات الرقم ١٠٠ ألف في الجامعة. وكنت لا أزال السيد بارث وهي الآنسة روزنبرغ. وعلمت ان عدة منح جامعية توافرت لها لتختار من بينها، ففضلت جامعة شيكاغو بولاية الينوي.

وكنت بدوري منتقلا الى جامعة اخرى. فلم أر ولم اسمع بالآنسة روزنبرغ المتفوقة، ولم أفكر فيها حسبما أذكر، خلال السنوات الأربع التالية.

"أتذكرني؟" – غبار الطباشير يلطخ أكمام روحي. في نصف القرن الذي مضى منذ دراستي في الحضانة لم أبتعد قط عن الصفوف لاكثر من أشهر. أشعر بين الالواح السود والمكاتب ومناضد القراءة وطاولات الحلقات الدراسية وكأني بين اثاث غرفتي حيث اكتب.

واذ علمت بالتجربة والخطأ أثناء دراستي في جامعة جونز هوبكنز أني سأكرس حياتي لكتابة القصص، انخرطت في مهنة التعليم لنقص في الخيارات أمامي. كان يعوزني الوقت لأصقل كتابتي، لكني كنت غدوت رجلا متزوجاً ورب عائلة، والتعليم الجامعي يسدد الايجار وفاتورة البقال.

قبلت ممتناً وظيفة تعليمية تدر ٣٦٠٠ دولار سنوياً لتدريس الكتابة الابداعية والاستعمال الصحيح للغة الانكليزية في جامعة بنسلفانيا. ومكثت هناك اثني عشر عاماً متنقلا عبر المراتب

مرتقياً سلم الرواتب المتواضع. وسطرت عدة روايات وربيت ثلاثة أطفال مكتسباً الكثير عن الاستعمال الصحيح والخاطىء في اللغة الانكليزية.

وفيما الولايات المتحدة تلج عقد الستينات الذي فشا فيه تعاطي المخدرات، انتقلت من التمدد الريفي لجامعة بنسلفانيا الحكومية ملتحقاً بجامعة نيويورك الحكومية بكليتها الجديدة في مدينة بوفالو.

كانت السنون الاربع التالية حبلى بالأحداث في تاريخ البلاد وفي تاريخي كذلك. دأبت على السفر على متن الطائرات النفاثة مرة في الشهر محاضراً في جامعات اخرى. وشاهدت الدخان مرتفعاً في احياء الاقليات في المدن وهي تحترق. وعدت غير مرة من حرم جامعة ألقي فيه غاز مسيل للدموع لأجد حرم جامعتي مضرباً او مجتاحاً برجال شرطة يرتدون أقنعة واقية من الغاز.

المكان رائع في بوفالو للعمل بنجاح مدة عشر سنين. انتهى زواجي الى فراق، وأتممت عدداً من الكتب الاخرى.

عصر ذات يوم في آخر شتاء من الستينات أقلعت مسافراً في عاصفة ثلجية لالقاء محاضرتي الشهرية خارج الحرم الجامعي، وكانت في جامعة بوسطن بمساتشوستس. وصلت الطائرة متأخرة. واستعجلني مضيفي لارتقاء المنصة وإلقاء المحاضرة، ومنها الى الاستقبال المقتصر على المدعوين. وفي طريقي الى المحفل كان اناس يخطون نحوي لالقاء التحية والحصول على تواقيع تزين كتبهم والسؤال عن شؤون اخرى مثل:

"أتتذكرني؟" (قالتها ورأسها منتصب قليلا، تلوح منه عينان براقتان وابتسامة متألقة).

حتماً. اني لاذكرها. جامعة بنسلفانيا، مادة الآداب، ذات اليد المرفوعة. بعد هنيهة تذكرت اسمها. ماذا تفعل في بوسطن؟ أظنها تعمل لنيل درجة الدكتوراه، او لعلها أصبحت استاذة مساعدة في الجوار. لا، إنها رواية طويلة، قالت الآنسة روزنبرغ. جذبني مضيفي من كمي فقلت: "يسوؤني ان ليس في وسعنا التحدث اكثر، فعلي حضور الاستقبال في الطبقة العليا. تبدين في أفضل حال."

كانت كذلك. انها ليست تلميذة في معهد مختلط الآن، بل امرأة يافعة رفيعة الثقافة وذكية. أيوجد خاتم زواج في اليد التي كانت مرفوعة على الدوام أيام الحق والخير والجمال؟ قبل أن ألقي نظرة دُفعت الى مصعد مكتظ بالمدعوين.

قصة طويلة — فيما مصراعا المصعد ينصفقان أمسكت بهما وسألتني برفق: "هل أستطيع المجيء؟" فوجئت. وغمرتني البهجة فأجبت عن مضيفي: "طبعاً!"

لا خاتم زواج في يدها. أثناء الاستقبال لم يكن لدي ولدى الآنسة روزنبرغ (اسمها شيلي الآن) الوقت الا لتبادل بعض المعلومات عن اقامتي في بوفالو وانتقالها من شيكاغو للتعليم في بوسطن. في جامعة بوسطن؟

ابتسامة ساطعة. لا، في المعاهد الخاصة. حالياً في مدرسة وايلاند الثانوية. معلمة لغة انكليزية. هذا ما

كانت ترغب فيه منذ البداية: أن تكون معلمة مدرسة.

التعليم في المدارس الخاصة مهنة غريبة تختارها طالبة مبرزة. رواتبها منخفضة وعبء العمل ثقيل خصوصاً على معلمة تتطلب كثيراً من القراءة والكتابة من الطلاب المئة الذين تلقنهم خمس مرات كل أسبوع. في معظم المهن الاخرى تكافأ البراعة والتفوق والتفاني بأمور خمس: الترقية والسلطة والمقام والعلاوات والأجر. فيغدو المحامون المتدرجون شركاء والمديرون موظفين كباراً، ويغتني الاطباء وينظر اليهم باجلال وتمجيد. غير ان أفضل معلمة في البلد، ان لم تكن لديها طموحات ادارية، تنال رتبة استاذة متقاعدة بعد عقود برتبة معلمة، من غير زيادة كبيرة في الأجر والعلاوات على ما كانت تقبضه حين واجهت أول صف لها.

واذ أديت قسطي للمدعوين عزم مضيفي على تناول طعام العشاء معي في مطعم قرب الفندق الذي أنزل فيه والذي لم أتسجل فيه بعد. شجعت شيلي على مرافقتنا. وحاولنا بلطف ان نبقي الحديث ثلاثياً، غير انه بدا جلياً ان مضيفنا الصبور كان مستعداً لاختتام سهرته. عذرناه، وطلبنا طبقاً آخر من ثمار البحر وشراباً نعبه نخب اعادة تعارفنا. نخب الحق والخير والجمال.

"تقولين انها قصة طويلة. باشري روايتها، فالقصص الطويلة أهواها."

الجمال المطلق – أخبرتني انها تابعت الدراسة العليا لكنها لم تطمح الى حيازة الدكتوراه، فكان مبتغاها التعليم المدرسي (قالت ذلك بابتسامة وضاءة) وهي رغبت في ممارسته بأسرع ما يمكن. غادرت شيكاغو على نحو مفاجىء بعد سنة ونصف سنة لاسباب غير أكاديمية من دون ان تتم درجتها العلمية. ووظفها اول رب عمل قصدته وكأن في حوزتها شهادة ماجستير. ويقيناً انها لكذلك.

"قلتِ على نحو مفاجىء ولاسباب غير دراسية؟"

– اجل، قصة حب تركت فيّ ندوباً لم أشف منها الا قبل زمن قريب. انها قصة طويلة.

المطعم سيغلق ابوابه. في ظني ان ثمة مكاناً في ردهة الفندق الذي أنزل فيه حيث يمكننا ان نحتسي شراباً قبل ان يقول أحدنا للآخر: "ليلة سعيدة." تابعنا قصصنا. فانا ايضاً لدي قصة أرويها. بدت تلميذتي السابقة خلف مقود سيارتها رائعة في لباسها البرتقالي البادي تحت معطفها الشتوي. وفي ردهة الفندق الخالية من سوانا، الملأى بوجودنا، أخبرتني القصة الطويلة وأقاصيص أخرى كما أخبرتها انا قصتي.

يذكر أفلاطون على لسان سقراط ان إدراك الجمال الحق يبدأ بمحبة شيء جميل أو شخص جميل على وجه التخصيص. من ثم يرقى المرء الى حب الاشياء والاشخاص ذوي الجمال في المطلق، وقد يعجب بسجاياهم المشتركة دونما سعي اليها في توق شديد. وهذا هو الحب العذري. بذلك يتعلم المرء حب الاشياء غير المادية، كالافعال الجميلة والافكار النيرة. ثم ان المدعو الى عالم

المثل قد يركب المصعد الاخير، نحو الجمال غير المستور، تلك السجية المجردة حتى من الافكار النيرة.

هذا هو "سلم المحبة" الشهير كما فهمته وعلمته في مادة الآداب بجامعة بنسلفانيا الحكومية، ويد الآنسة روزنبرغ مرفوعة عند كل درجة من السلم. بدأت علاقتنا في رأس السلم، بهذه التجريدات النبيلة السامقة: الحق والخير والجمال. الآن تلميذتي السابقة تعلم استاذها السابق أن العملية معكوسة، وأن السلم في اتجاهين وأن المصعد النهائي - أيسعني المجيء؟ - ليس مكاناً سيئاً للبدء.

السنوات الضائعة - كانت معلمة بالفطرة ولا تزال، ولم أكن كذلك. بعد زواجنا تركت مدارس بوسطن الخاصة على مضض، وانتقلنا الى بلتيمور حيث أصبحت ظاهرة لافتة في أصول التدريس، تدعوها تلميذاتها "بارت" في ما بينهن. ولا تتحدث أي منهن عن درس مادة "السيدة بارت" حول الرواية الروسية في القرن التاسع عشر مثلا، بل عن "درس بارت." اذ تكتسب الطالبة مع الجرعات الكبيرة من المقررات الدراسية تثقيفاً غزيراً بالغ الحيوية في تحمل المسؤولية المعنوية والفكرية: المسؤولية تجاه النص والمؤلف واللغة، وعروس الشعر في الحق والخير والجمال، مصحوبة بمسؤولية تجاه المدرسة والاساتذة والزملاء في الصف وأمام الذات كذلك.

لقد جاء نزر من هذه الثقافة بواسطة زوجها. فلا شك عندي في أن "بارث" تعلمت بعض الامور من أستاذها أثناء الدراسة الجامعية للنصوص الادبية، وهي نصوص لم أكن في أي حال مرجعاً ثقة فيها. غير أن "السيد بارت" الذي يسطر هذه الجملة الآن لا ينهمك البتة في النشاطات الدائرة خارج الصف وبعيداً عن القيم الأدبية للكتاب المبتدئين الذين هو مسؤول عنهم في جامعة جونز هوبكنز. إنه يخط هذه الجمل الى جانب مهنة التعليم اما مادة "بارت" التي تدرسها الفتيات في كلية تيموثي فتمنحها زوجتي مئة في المئة من عنايتها الاكاديمية. وهي رعاية منصبة على طبائع الفتيات اللواتي تتعهدهن وعلى عمليات تفكيرهن وانساق كتابتهن وادراكهن الادبي.

اني أحلق مع نخبة طلابي وانخفض مع الكسالى منهم. اما هي فتقوم باعاجيبها مع الجميع. رسائل التقدير (أود لو احصل على مثلها) تتراكم من تلميذاتها الكسولات والمتفوقات على سواء: "لقد فتحتِ عينيّ المغمضتين." "لقد غيرتِ حياتي."

هذا ما فعلته لاثني عشر عاماً الى الآن في كلية تيموثي، وتأمل تحقيق مزيد من هذه الاعاجيب الى حين.

عاداتها في النقد الذاتي القاسي والاعداد الممتاز دفعتها، شأن بعض الشعراء والروائيين، الى استهلاك طاقتها الكاملة لتحضير دروس تستغرق نصف الوقت المحدد، وذلك لانجاز مآثر اكاديمية في أقل من السنوات المقررة.

شعورنا متماثل بمزيج من العواطف نفسها حول زواجنا المتأخر. نواسي أنفسنا بأننا كمعلمين نؤدي معظم

أعمالنا في البيت، نكون معاً في سنة واحدة اكثر من غالبية الازواج العاملين على مدى سنتين.

لم تكن لديها رغبة في الانتقال والترقي الى ميادين تعليمية أخرى. ففي اعتبارها ان الاختبار القاسي هو في حجرة الصف فقط. وخلال الفترة الزمنية لصف واحد تكون قمراً بشرياً يرسل المعلومات التي تنفق ساعات في تحضيرها واجتماعات متطاولة دؤوبة مع تلميذاتها وساعات اطول على التعليقات التي تدرجها في حواشي تقاريرهن التي تتعقبها كلمة كلمة وجملة جملة وفكرة تلو فكرة وقيمة اثر قيمة. لكم أود لو أن اولادي يفوزون بمعلمة متفانية مثلها، ولكم أتمنى لو أني فزت بمثيلتها.

لقاء تلميذين – بعد سنوات، إن سار كل شيء على ما يرام، أرغب في اعتزال التعليم الذي مارسته طوال أربعين عاماً. وستعوض الجامعة خسارتها بسهولة. فحين تكون مواهب الكتاب المبتدئين وفيرة، فلا اهمية كبيرة لمن يجلس مشرفاً في رأس طاولة الحلقات الدراسية.

ولكن اذا تركت زوجتي التعليم، وهجرت دورها في تثقيف طالباتها في الفنون والحياة، فثمة خسارة لا يمكن تعويضها مطلقاً. في بعض الحالات تبقى آثار الكتاب ومؤلفاتهم حية بعد مماتهم. لكنه خلود استاذ ممتاز ليس اكثر ولا أقل من كلمات يتفوه بها بعد عقود طلاب سابقون امام طلابهم اللاحقين وزوجاتهم وأطفالهم وأصدقائهم: "كانت بارت تخبرنا..."

أود لو أتخيل احدى تلميذاتها تلتقي احد تلاميذي في الطريق، وقد أصبح هو كاتباً مرموقاً وهي مصرفية دولية ذات شأن وما زالت معنية بالأدب، اذ ان معلمتها في اللغة الانكليزية جعلت المادة شائقة.

انهما في مصعد في مكان ما، ملزمان حضور حفلة استقبال ولقاء مدعوين، يلتمسان أمراً مشتركاً. ويأتيان على ذكر بلتيمور: لقد تعلّما كلاهما في تلك المدينة. ثم أثناء تناول المحار واحتساء الشراب يعودان الى ذلك الموضوع.

كانت هي في المدرسة الثانوية وهو في الجامعة. كلية تيموثي. جامعة جونز هوبكنز. أقال هوبكنز في منتصف الثمانينات؟ لا بد انه عمل مع زوج معلمتها في اللغة الانكليزية. الروائي...

– حتماً. لقد درستُ مادة بارت.

يا لابتسامتها: "أنت تظن أنك تعلمت مادة بارت. لا بأس، ففي كلية تيموثي كنا نتلقى مادة بارت! ايضاً. لنتحدث عن المعلمين."

– فلنتحدث عنهم.

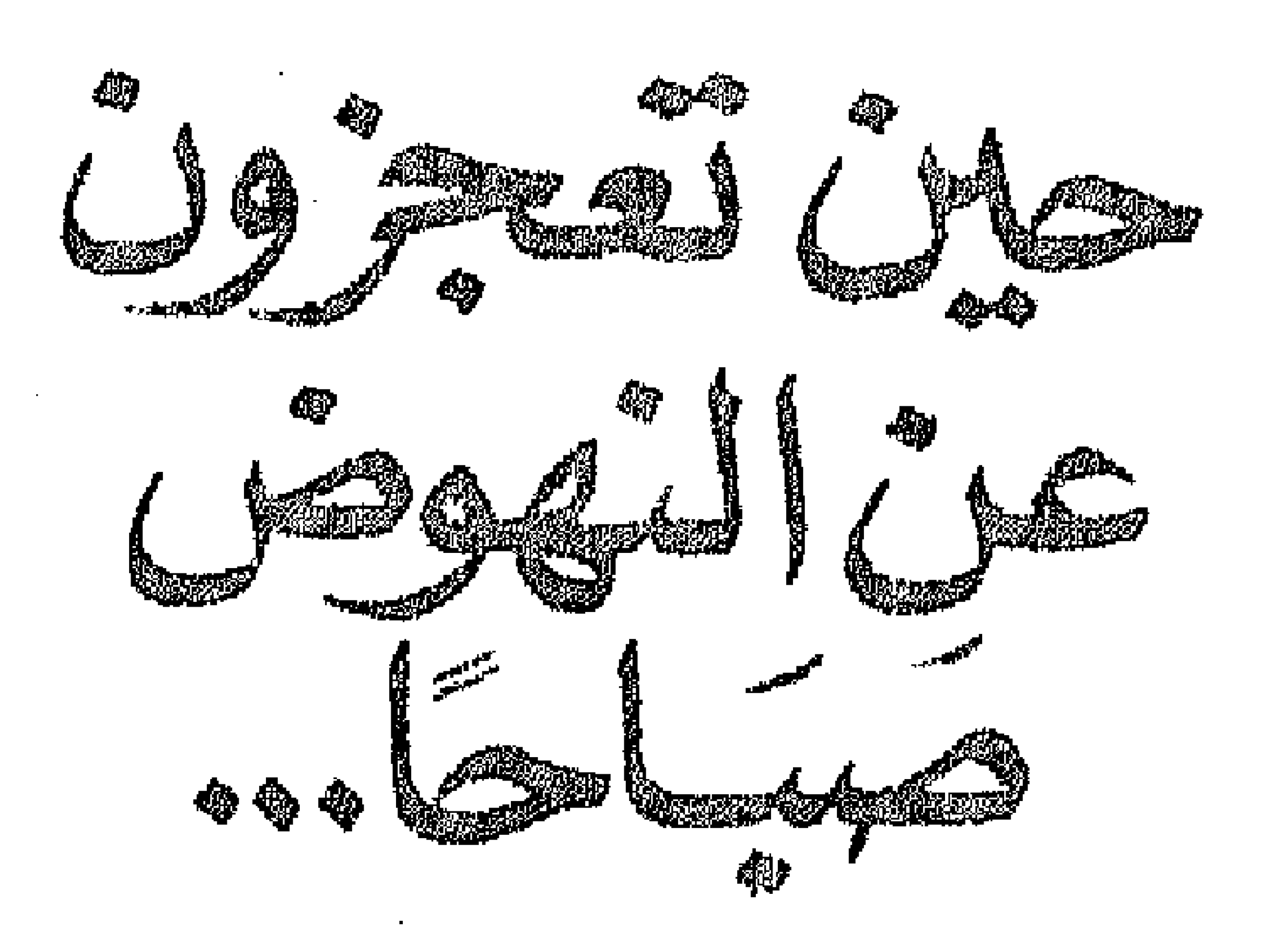
جون بارت

الكاتب روائي مرموق فاز عام ١٩٧٣ بالجائزة الوطنية للكتاب في الولايات المتحدة. وهو حالياً استاذ في جامعة جونز هوبكنز.



هناك طريقة واحدة للمرأة لتكون أفضل من الرجل: أن تكون أكثر أنوثة.

أنجيل غانيفيت، كاتبة وروائية اسبانية



أتواجهون صعوبة في الاستيقاظ نشطين في الصباح؟ هذه نصائح قد تفيدكم

هل تبدأون نهاركم بمواجهة حامية مع الساعة المنبهة؟ لستم وحيدين في ذلك، إذ تظهر الابحاث أن ملايين الناس يواجهون مشكلة النهوض صباحاً. هؤلاء "الأبوام" (كما يدعوهم خبراء النوم) ليسوا كسولين حقاً، بل مختلفون عن الآخرين: إنهم في حاجة الى نوعية أفضل من النوم أو الى المزيد منه، كما يوضح الدكتور جـون ساسين مـدير مـركز اضطرابات النوم بجامعة كاليفورنيا في ارفين، "والسبب الاكثر انتشاراً للعجز عن النهوض هو أن المرء لم ينم مدة كافية."

يصعب تحديد المشكلة في الحقيقة. لنأخذ على سبيل المثال حالة هيلين. كانت هذه السيدة لسنوات طـويلة تستيقظ منهكة مهما طالت فترة نومها. ولم يتمكن الطبيب من كشف العلة، كما أن الفحوص التي أجريت لها في مركز لأبحاث النوم لم تبرز أسباب إرهاقها.

أخيراً سألها أحد الاطباء إن كان زوجها يغطّ أثناء نومه.



أجابت هيلين: "أجل، علي نكزه مرة أو مرتين في الليلة الواحدة."

ذاك كان مفتاح اللغز. تتذكر هيلين الاستيقاظ مرة أو مرتين فقط، لكن دماغها يوقظ من نومه الطبيعي كلما شخر زوجها. فهي في الواقع "تستيقظ" ٣٠٠ أو ٤٠٠ مرة في الليلة الواحدة. وقد عولجت بزوج من سدادات الاذن.

كثير من العوامل التي ترهقنا بعد نوم الليل قد تبدو ثانوية. فغرفة حارة وفاسدة الهواء مثلا تسبب الأرق، بينما غرفة صقِعة تجعل كشف الاغطية ومواجهة النهار أمراً صعباً. فالحرارة المعتدلة والمريحة في غرفة النوم تراوح بين ١٥ و٢٢ درجة مئوية.

يقول الخبراء إن النوم في غرفة منيرة يربك الدماغ الراغب في الرقود وينتج منه ارهاق في الصباح.

ومن جهة أخرى يعتقد الباحثون أن النوم في غرفة حالكة يثير متاعب. فالانتقال من عتمة الليل الى نور النهار يعمل كمنبه طبيعي، لذا يصعب النهوض في صباح مظلم من أيام الشتاء.

أما الضجيج، وإن لم يكن عالياً كما في حال هيلين، فهو عامل آخر للارهاق. اعتادت احدى صديقاتي النوم على أنغام الموسيقى فتنهض ناعسة في الصباح. ثم بدأت تطفىء جهاز الراديو حين تشعر بالنعاس. وخلال أيام قليلة باتت تنهض من الفراش بنشاط متجدد.

نصائح مفيدة - يشير الدكتور مارتن كون رئيس قسم اضطرابات النوم في "مركز جبل سيناء الطبي" في ميامي بيتش الى أن النشاط البدني المنتظم قد يضمن نوماً أفضل ونهوضاً أسهل، لكن التمرين قبل موعد النوم مباشرة مثير للأرق. أما الاستثناء الوحيد فهو الجماع، إذ انه يبدو أحسن مسكن ليلي.

من أجل التخلص من الترنح الصباحي يقترح خبراء النوم بعض الوسائل الاضافية:

● **قللوا تناول الكافيين.** ترى الدكتورة ساندرا هورويتز رئيسة قسم اضطرابات النوم في المركز الطبي بجامعة مساتشوستس، أن "الإسراف في شرب القهوة مسبب رئيسي للنهوض البليد. فمدمنو القهوة يعانون أعراض الانقطاع عنها أثناء الليل حين تفتقد أجسادهم الجرعات المعتادة من الكافيين ويشعرون بالركود والكسل في الصباح." فإن كنتم تبحثون عن البديل، فتنصحكم هورويتز بالحليب مع الشوكلاتة أو بالكاكاو. (الشوكولاتة منبه لطيف.)

● **حذار الأقراص المنومة لفترات طويلة.** ينصح كون بتحاشي الادوية لمعالجة مشاكل النوم لأنها تريح الجهاز العصبي المركزي الى درجة يصعب بعدها على هذا الجهاز توجيه عمليات تجدد الوعي التي تحدث أثناء النوم الطبيعي، كالأحلام. كما أن تناول الكحول قبل النوم يترك تأثيراً مماثلا.

● **حافظوا على ساعات نوم منتظمة.** عندما تقعون على برنامج النوم الذي يجعلكم تنهضون مشرقين في الصباح، إلتزموه. لا تناموا في قيلولة إن لم تكونوا معتادين ذلك، كي لا تؤخروا ساعات نومكم. ولا تغشّوا في نهاية الاسبوع، بل

انهضوا كالعادة وإن لم تكونوا مجبرين على ذلك.

● **ليكن أول عمل في الصباح ممتعاً.** كانت امرأة من معارفي ترهب النهوض الى أن بدأت جولات صباحية في الحقول خلف بيتها. وهي تقول: "تعز علي تلك الدقائق مع الطيور والاشجار. كنت اعتدت حين أستيقظ أن أفكر في مشاكل العمل التي تنتظرني، أما الآن فتتجه أفكاري الى ما سأراه في الهواء الطلق."

دوافع نفسية – ليست جميع مشاكل الاستيقاظ سهلة المعالجة. فكل أنواع الاجهاد، حتى نظام الحمية، تدفعك الى طلب المزيد من النوم. وإنهاء علاقة ما أو نشوء ظروف تسبب الحزن أو الغضب أو الكآبة يزيد الحاجة الى النوم. فان استطعت النوم في حالات كهذه، فينصحك الخبراء بمحاولة كسب ساعات أضافية من النوم المريح بدلا من القلق والاهتياج.

"علة البوم الليلي" سبب شائع للعجز عن العمل في الصباح. فضحاياها الخائبون لا يريدون مزيداً من النوم، بل تغيير في مواعيده. إنهم يحتاجون الى النوم في أوقات لا تنسجم ودوام العمل العادي (خصوصاً بين الثالثة والحادية عشرة صباحاً). فلدى معظم الأفراد تنخفض حرارة الجسم أثناء النوم ليلا وتبدأ الارتفاع عند الفجر وتبلغ أوجها بعد الظهر ثم تشرع في الهبوط، وهكذا يدب النعاس قرابة الحادية عشرة أو منتصف الليل. أما حرارة أجساد "البوم الليلي" فلا تبلغ ذروتها الا في المساء، ولا تنخفض الى درجة النوم الا في ساعات مبكرة جداً من الصباح.

الدكتور مارتن مور – ايد من كلية الطب بجامعة هارفرد يملك الحل لحالات كثيرة من علة البوم الليلي. انه ينصح بتأخير أوقات النوم ضمن برنامج متدرج يأوي المرء بموجبه الى الفراش متقدماً ثلاث ساعات على الليلة السابقة(١) لسبع ليال متتالية حتى يصبح موعد نومه منتصف الليل. بهذه الطريقة يعيد ضبط ساعته الداخلية ويلتزم توقيتها.

مشاكل جسدية – أما الوضع الأخطر فهو "الاختناق أثناء النوم." ففي عدة حالات ينسدّ المجرى الهوائي من الغطيط المتقطع (أربع أو خمس شخرات متتابعة ثم توقف لعشرين أو أربعين ثانية فثوران من جديد). يرتد اللسان داخل الفم وتسترخي عضلات الحلق، فلا يتمكن المرء من النوم والتنفس المنتظم في آن. الغطيط يدل على ان الدماغ يوقظ نفسه ليتمكن الجسم من التقاط النفس.

يذكر مارتن كون أن "لكثير من المصابين أعناقاً ثخينة تضيق مجرى الحلق. وأول ما ننصح به في هذه الحالات خفض الوزن." هناك أيضاً علاجات طبية تعيد التنفس الطبيعي. وقد بدأ الاختصاصيون وصف أقنعة أنفية لبعض المرضى توضع وقت النوم وتتصل بمنفاخ مصغر يدفع الهواء الى الانف ويبقي مجاري التنفس مفتوحة.

(١) ينام في السادسة صباحاً في اليوم الاول، بدلا من الثالثة بعد منتصف الليل، ثم في التاسعة صباحاً في اليوم التالي، وهكذا.

وتعالج حالات أخرى بجراحة بسيطة لقطع أنسجة مبطنة في مؤخر الحلق، وقد تتطلب الحالات القصوى فتح الرغامى(٢). ولكن إن كنتم تشخرون باستمرار أو تغطون من دون شعور بالارهاق صباحاً، فإنكم حتماً لا تشكون من انقطاع النفس.

"الحركة الدورية للساق" باعث أساسي للازعاج أثناء النوم. في هذه الحالة تتقلص عضلات الساق تكراراً مسببة ارتجاج الدماغ مئات المرات أثناء الليل. وكما في الاختناق الليلي فالمصابون غافلون عن حقيقة مشكلتهم ولا يعون سوى الانهاك في الصباح. أحد أعراض هذا المرض الشعور بتعب في الساقين عندما يستلقي المرء في الفراش قبل أن يغفو. ننصحكم بحمام دافىء قبل النوم أو بأقراص الكلسيوم أو الادوية التي يصفها الطبيب.

كذلك فالذين يعانون الخُدار(٣) يواجهون مشكلة في النهوض النشط. والدليل الأهم على هذا المرض هو تغلب النعاس عليهم من دون إنذار وفي أوقات غير مناسبة، أثناء القيادة مثلا. ويقول الدكتور كون ان الاعراض الاساسية هي ضعف العضلات تحت تأثير عاطفي قوي، هؤلاء الاشخاص يخدرون عندما يفرطون في الضحك أو الغضب." ولمعالجة هذا الوضع ينصح اختصاصي بقيلولة منتظمة نهاراً أو بعقار منبه مناسب.

إن كنتم تواجهون صعوبة متكررة في النهوض، فعليكم باستشارة طبيب. ولكن في الحالات البسيطة قد تساعدكم إحدى الافكار المذكورة أعلاه في النهوض مشرقين ومتشوقين الى الحركة. وتذكروا قول الكاتب والناقد البريطاني صموئيل جونسون: "أمضيت حياتي أنام الى الظهر. لكني أؤكد للشباب، وبإخلاص عظيم، أن من لا يستيقظ باكراً لن يجدي في حياته."

فرانك دونغان

(٢) الرغامى هي القصبة الهوائية.

(٣) الخدار (narcolepsy) حالة مرضية تتميز بنوبات نوم عميق قصيرة.



عصافير الحمّام

قررت أن أتولى بنفسي تغطية غرفة الحمام بورق جدران. ولكن صعب علي أن أميز بين الطرف الاعلى للورق والطرف الاسفل، اذ كان الرسم يعج بعناقيد العنب وورق الشجر والازهار المختلفة.

أنهيت العمل ودخلت غرفة الجلوس لأستريح. وبعد قليل سمعت زوجتي تناديني من الحمام. واذ وقفت في الباب أدركت فداحة خطأي: "لقد ألصقت ورق الجدران معكوساً، فظهرت في الرسوم عصافير صغيرة جاثمة على عيدان كرمة ورؤوسها مدلاة الى أسفل.

وبادرتني زوجتي ساخرة: "هل اعتقدت يا عزيزي ان هذه رسوم خفافيش؟"

إ.ف.

مبادئ النجاح

انه لأمر يسير أن تنال من الآخرين أفضل ما لديهم

طوال عملي كمستشار إداري لم أكتشف يوماً أسراراً في علم السلوك تعلّم الادارة الجيدة. فالناس يعملون من أجل الحب والمال، ونادراً ما ينالون منهما كفايتهم. وهكذا، اذا بذلت جهدك لدعم الناس ومكافأتهم أُنعم عليك بنتائج لم تكن لتحلم بها.

هذا المبدأ الاداري هو في الحقيقة اعتماد العلاقات البشرية الجيدة، ويمكن تطبيقه داخل العائلة وفي النوادي ومع الموظفين.

غالباً ما تغيب عن بال المديرين والاهالي الطريقة العملية لحمل الآخرين على التزام إنجاز عمل بملء إرادتهم. وأعني بذلك، عملياً، أن توضح لهم ما تتوقع منهم وأن تشرف على عملهم فتشجع ما نفّذ جيداً وتتغافل عن السقطات الثانوية.

علينا إذاً أن نعمل من أجل الناس بدل أن نعمل لأذيتهم. فالمديرون الناجحون برزوا في حقول التنافس لأنهم منحوا موظفيهم مكافآت ومناصب. فلطالما اعتبر الشكر والاعتراف بالمساهمة الفاعلة من عوامل النجاح الطويل الأمد.

في وسعك كمدير أو كشخص عادي أن تؤدي أعمالا بسيطة تدرّ عليك نتائج تفوق كثيراً الجهد المبذول:

١. نظّم لائحة بالاشخاص الذين تجني من عملهم فائدة: الموظفين والزوج والاولاد وأعضاء اللجنة التي ترئسها. وقبل انقضاء الاسبوع أخبر كل واحد منهم بانجازاته التي تقدّرها. فاذا أردت أن يمدّك الموقد بالحرارة، فعليك اولا أن تزوده الحطب. كذلك، اذا اردت أن يساهم الناس في عملك، جِدْ ما تشكرهم عليه.

٢. تحاش الانتقاد الهدّام وابذل جهدك كي لا توبخ أحداً إثر العمل مباشرة. تريّث حتى تراه يتأهب لتكرار عمله واحفزه على إتيان عمل أكثر فاعلية. انك بهذه الطريقة تمنحه فرصة ليعمل على نحو صحيح بدل أن يكتفي بالتحسّر على خطأه.

غير أن تطبيق هذه النصيحة عملياً يبدو عسيراً. وهذا ما اكتشفته ذات صباح في المنزل. فقد دهشت وسررت في آن عندما نزل ابني المراهق لتناول فطوره وهو يرتدي سترة انيقة وربطة عنق لمناسبة مهرجان خطابي في المدرسة كان

يشارك فيه. ولكن ما إن اجتاز عتبة الباب حتى استوقفته وأبديت ملاحظة حول شعره الطويل، ففاتتني فرصة إطراء مظهره الانيق.

٣. عيّن مواعيد غير رسمية مع مرؤوسيك. وأفد من عينيك ومن أذنيك لتلتقط ما يجري. لا تبحث عن المشاكل، بل عن المَقْدِرات والأعمال المؤداة جيداً، حتى الصغيرة منها. أثنِ على كل عمل إيجابي تكتشفه. ولا يغبْ عن بالك أن الاطراء والشكر الصادقين نادران حتى انهما ينطبعان في الذاكرة لسنوات عدة أحياناً.

٤. دوّن كل أمر ايجابي تعثر عليه. قليلون هم الذين يفيدون كفاية من سلطان الكلمة المكتوبة. فارسال عبارات الاطراء والشكر على الاعمال الايجابية له بالغ الأثر. ولطالما عرف عن شركة «IBM» ارسالها كتب الاطراء على كل أمر. أما أنت فيمكنك أن تلصق في بيتك عبارات المديح والشكر حيث تراها العائلة كلّها.

هل يسعك أن تزيل السلبيات في تعاملك مع الآخرين وتبذل جهدك لاماطة اللثام عن مساهماتهم الايجابية؟ هل يسعك قبل نهاية هذا الاسبوع أن توجه عبارات المديح الى كل من تعيش أو تعمل معهم؟ هذا أفضل ما يمكنك أن تفعله، وهو يدرّ عليك أرباحاً لا يستهان بها.

جاك فالفي

بعيداً عن العين

كان المتجر مزدحماً ولدى الزبونة الواقفة في الطابور أمام صندوق الدفع مقدار كبير من المشتريات. وبعدما وضعت الموظفة العجلى جميع الحوائج في كيس، رفعته الى السيدة. فتمزق أسفله وسقطت محتوياته الى الارض.

فقالت الموظفة للسيدة متلعثمة: "هذه الاكياس لم تعد قوية كما في السابق، اذ يفترض أن يحدث هذا الامر وأنت في طريقك الى دارك."

م.ر.

حلم صبي

جلس صبيّان على الرصيف يتحادثان. قال الاول: "أحلم بكسب مئة ألف دولار في السنة، تماماً مثل أبي."

– وهل يكسب أبوك مئة ألف دولار في السنة؟

"لا، لكنه يحلم بذلك أيضاً."

ب.م.

حمّى الشباب تحفظ بقية العالم في حرارة معتدلة.

ج.ب.



هل ترغبون في تمضية إجازة ممتعة؟ تأكدوا إذاً من صحة الوعود المغرية في النشرات السياحية والا فقد تتحول اجازتكم كابوساً

□ عندما وصل سياح الى تناريف في جزر الكناري وجدوا أن ثلاثاً من الطبقات الثماني في فندقهم "الفخم" صالحة للسكن. المثقب الهوائي يعمل طوال النهار، حوض السباحة ممتلىء مواد بناء، وقسم من غرفة الطعام مهمل كذلك ملعب كرة المضرب الذي وعدتهم به النشرة السياحية.

□ في سياحة "من عالم الاحلام" في كينيا، ذُعر زوجان من يوركشاير حينما وجدا ان غرفة حُجزت لهما في مسكن تحوم حوله شبهات اخلاقية. وعندما تجاهل منظم سياحتهما احتجاجهما غادرا المكان متكبدين نفقات اضطرتهما الى اختصار أسبوع من رحلتهما.

□ زوجان من دربيشاير أرادا الاحتفال باليوبيل الفضي(١) لزواجهما، فعزما على قضاء عطلتهما في كوستابرافا (اسبانيا) التي تبعد ساعتين بالطائرة. لكن الترتيبات تغيّرت، فبدلا من أن يغادرا من برمنغهام طارا من غلاسغو، واستغرق طيرانهما ١٢ ساعة حتى وصلا الى اسبانيا. اما الساعات السبع التي استغرقتها عودتهما جواً فعرّجا فيها على بريستول وغلاسغو ومانشستر. انهما كانا ضحيتي ممارسة تدعى "الضم" أي ضم رحلات الطيران بغية ملء المقاعد.

---

(١) اليوبيل الفضي هو الذكرى الخامسة والعشرون، واليوبيل الذهبي هو الذكرى الخمسون، واليوبيل الالماسي هو الذكرى الخامسة والسبعون.

معظم السياح البريطانيين أفلتوا من مثل هذه الصعاب غير العادية. فالدراسات أظهرت أن الغالبية كانت راضية عن صفقاتها. ووفقاً لاحصاء واحد تبيّن ان ثلاثة في المئة من السياح فحسب كانوا "قانطين جداً" أثناء رحلاتهم. واذا كان متوقعاً ان يسعى تسعة ملايين سائح بريطاني هذه السنة الى التمتع بأشعة الشمس في رحلات منظمة ويدفعوا ما مقداره مليارات و٧٠٠ مليون جنيه استرليني (٤ مليارات و٤٠٠ الف دولار) فهذا يظل يعني ان هناك ٢٧٠ الف شخص ساخط.

ضمانات وتقصيرات – من بين المساوىء التي أحدقت بالسياحة المنظمة، كان الضم هو الذي سبّب العام الماضي معظم الشكاوى مصيباً واحداً من كل خمسة سياح. منظمو الرحلات اصطدموا باضراب عمال المعادن وبانخفاض الاقبال على اسبانيا نظراً الى ظاهرة مهاجمة السياح وضربات ثوار الباسك، فوجدوا انهم بالغوا كثيراً في تقدير الاقبال على رحلاتهم. وكان الحل ان يضموا برامجهم بعضها الى بعض ويجروا تعديلات على رحلات الطيران وعلى الترتيبات الفندقية تأميناً لدخل أفضل من عدد زبائن أقل.

سائحا دربيشاير نالا، بعد محنتهما الجوية، تعويضاً من منظم الرحلة عبر مساعي وكيلهما السياحي. اما الضجة التي قامت ضد الضم الذي كان يجرى في الدقيقة الاخيرة فحملت اتحاد وكلاء السياحة البريطانيين، وهو اتحاد قوي يضم ٦٦٠٠ عضو و٥٥٠ منظم رحلات، على وضع نظام جديد للسلوك السياحي.

بموجب هذا النظام، على الاعضاء ألّا يجروا أي تعديل مادي على ترتيبات الرحلات قبل أقل من ١٤ يوماً من موعد الرحلة والّا تعرضوا لتأنيب علني وأجبروا على دفع غرامة نقدية. وعليهم ان يدفعوا تعويضاً عن أي تعديل يجرى بعد موعد استحقاق الدفع المتوجب للرحلة، وهذا الموعد يكون عادة قبل ثمانية أسابيع من الاقلاع. ان الانظمة التي تطبقها الشركات الكبرى الآن دخلت حيّز التنفيذ في شتاء ١٩٨٦.

ما هي الضمانات الاخرى للذاهبين في سياحة منظمة؟

الجميع الآن محميون مما كان يعتبر أعظم تهديد، أي افلاس شركة السياحة. فبموجب وثيقة التعهد التي وضعها اتحاد وكلاء السياحة البريطانيين لُحظت اعتمادات لضمان الرحلات في حال افلاس شركة عضو في الاتحاد – كما جرى لـ١٨ شركة عام ١٩٨٤ – ولضمان اعادة السياح الى بلادهم وعدم تعريضهم لمأزق مالي في الخارج.

الجدل يحصل عادة نتيجة أوضاع أقل تأثيراً، كالتقصير في تأمين التسهيلات المدرجة في النشرة السياحية. قد يختار ذَوو المراهقين لابنائهم فندقاً خاصاً لانه يعلن وجود "ديسكو" ثم يكتشف الاولاد عند وصولهم أن الديسكو مقفل. وما سمي في أحد الفنادق "بركة سباحة أولمبية" أفسد الجدول الخاص بمواعيد تدريب فريق سباحة.

أحد مشاهير هواة جمع الطوابع شكا

من عدم وجود ناد جامعي للطوابع في فندقه الاسباني كما أعلن، ولذا حرم لذة مبادلة مجموعة الطوابع التي يحملها والتي تبلغ قيمتها ٥٠٠٠ جنيه استرليني (٨٠٠٠ دولار). وأعيدت اليه تكاليف رحلته، غير أنه لم يطالب بتكاليف رحلة زوجته لانها لا تجمع طوابع وقد استمتعت تماماً برحلتها.

القليلو الحظ – لم تسوَّ كل المشاكل بمثل هذه السرعة كما اتضح للكاتب الروائي بريان فريمنتل الذي اصطحب زوجته مورين وابنتيه إيما وشارلوت البالغتين من العمر ٩ و٧ سنوات الى جزيرة رودس اليونانية لقضاء عطلة الربيع التي دامت اسبوعاً. وجدوا أنفسهم يتقاسمون فندقاً فخماً مع ٤٠٠ طالب يوناني. هؤلاء الطلاب بضوضائهم عكروا صفو الردهات، وبطيشهم ألقوا في بركة السباحة كسر زجاج وطاولات وكراسي، وبهزلهم قرعوا أبواب غرف المنامة في الرابعة صباحاً.

يقول فريمنتل: "جعلوا الايام الثلاثة الاولى من رحلتنا كابوساً رهيباً." اما الايام الباقية فقضاها مع عائلته في فندق آخر بكلفة تقرب من ٥٠٠ جنيه استرليني (٨٠٠ دولار). وعندما رفض منظم الرحلة تعويض المبلغ رفع عليه فريمنتل دعوى قضائية.

أما دفاع الشركة فكان أنها غير مسؤولة عن تصرفات الطلاب. لكن القاضي حكم بأن ممثلها كان مهملا في الاصغاء الى مظالم السياح البريطانيين، وبأن خسارة تسعة بنود من أصل ١٩ بنداً مدرجة في النشرة السياحية هي خرق للعقد. هذا الحكم عزز حقوق السياح اذ حال دون تهرب منظمي الرحلات من المسؤولية بوضع اللوم على فريق ثالث. أما فريمنتل فحُكم له باسترداد التكاليف الاضافية لرحلته.

احدى المشاكل المتكررة للرحلات السياحية المنظمة هي مشكلة الحجز الاضافي. وهذه تبدأ عندما ينزع مدير الفندق الى الظن أن عدد السياح القادمين سيكون أقل مما هو منتظر فيخاطر بحجز اضافي يعادل عشرة في المئة مما لديه من أماكن. وعندما يكون العدد الاساسي مكتملا يقع المدير في مأزق.

واذا ما أجبرت الشركة السياحية على ايجاد مكان بديل، فقد تضطر الى تأمين زبائنها في فندق من درجة أعلى وأغلى مما دفعوا، متكبدة هي الفرق في النفقات. أما السياح فلا يرحبون جميعاً بمثل هذا الاجراء لان الذين يريدون جواً مريحاً وغير رسمي يعتبرون فندق النجوم الخمس فندقاً مزعجاً.

أما السياح الاقل حظاً فينتهون الى مكان دون المستوى العادي. أربعة سياح صغار وصلوا الى اسبانيا فوجدوا غرفهم مشغولة. أرسلوا الى فندق آخر. واذ دخلوا وجدوا طريقهم مسدودة بكلب هائج ومدير يلحم مضرب كرة. أما الغرف التي اقتيدوا اليها فكانت صغيرة جداً وقذرة ومسرحاً للنمل.

ارشادات مفيدة – اذا ما وجدت نفسك تواجه تغييراً في ترتيبات الفندق أو

سواه من مساوىء الرحلة، فاليك بعض الارشادات:

□ إن أبلغتك الشركة السياحية قبل وقت محدد بتغيير في الحجز، فأجبها كتابة أنك تقبل التغيير مع التحفظ والاحتفاظ رسمياً بحقك في التعويض. أما اذا كنت موجوداً حينئذ في مقصدك السياحي، فاسعَ أولا الى الحصول على ترضية من طريق ممثل الشركة أو مدير الفندق. دع الممثل يسجل شكواك كتابة ويرسلها الى المركز الرئيسي ويسلمك نسخة موقعة عنها.

□ اجمع الدلائل، بما فيها الرسوم اذا أمكن، لتجعل شكواك غير قابلة للشك. اذا كانت غرفة المنامة غير لائقة وغير مريحة فارسمها مبيّناً مساحتها وحالها. واذا كان الطعام رديئاً بحيث تضطر الى الاكل خارج الفندق، فاحتفظ بالوصولات برهاناً على ذلك. ان الطعام الرديء هو مصدر رئيسي ومستمر للشكاوى في الرحلات، اذ ان الوجبة الرئيسية في الفندق الاسباني ذي النجوم الثلاث هي بيض مقلي!

□ سجل أسماء رفقائك السياح الذين يشاركونك في تبرمك، وسجل عناوينهم.

□ لدى رجوعك الى منزلك اكتب من فورك الى شركتك بالتفصيل كيف قصَّرت في تأمين ما كنت دفعت من أجله، وارسل الكتاب في البريد المضمون واحتفظ بنسخة عنه. وتأكد من أنك تشكو الى الشركة المعنية ذاتها. فشركة "طومسون هوليديز" احدى كبرى منظمات الرحلات السياحية في بريطانيا فوجئت عام ١٩٨٥ بتسلّمها ٣٠٠ رسالة من أناس لم يحجزوا معها أبداً يطالبون بالتعويض عما زعموا من تقصير لقوه في رحلاتهم.

□ اذا لم تحصل على ترضية، وكانت الشركة السياحية عضواً مثلا في اتحاد وكلاء السياحة البريطانيين، ففي امكانك احالة قضيتك على مكتب المصالحة في هذا الاتحاد الذي نظر العام الفائت في ١١ الف شكوى.

يرى بول فوستر من شركة "هوغ روبنسون" السياحية أن "الرحلة السياحية قد تكون أهم قرار يتخذه المرء بعد شراء عقار أو سيارة." من الواضح أنه لما كانت هناك ألوف النشرات السياحية المغرية، فليس كل سائح يلقى الرحلة التي يحلم بها. ولكن بالنسبة الى غالبية الناس، معظم ما تعد به النشرات السياحية يتحقق.

أشرف الخبير القانوني بريان دكسون على تنظيم رحلات سياحية مدة عشرين عاماً. وهو يستنتج انه "بالنسبة الى ٩٥ في المئة من السياح كانت الرحلات مرضية ووفية لوعودها. ومع أن العدد القليل الساخط لا يستطيع استرجاع رحلته، فثمة طرق مجدية لاستعادة أمواله."

جورج بولوك

رجل لصديقه: "إبنتك تعزف وزوجتك تغني. وأنت، ماذا تفعل؟"
– أعاني في صمت.

ك.ع.



عادت إلينا الابتسامة!

قصة عائلة عقدت العزم على كشف الجاني الذي اعتدى على ابنتها

وقفت لوسي ديكسون في مطبخ بيتها في لوس انجلس تحرّك السَلَطة وتثرثر مع أختها على الهاتف فيما ابنتها ماري (أربع سنوات) وابنها جون (سنتان) يلعبان قربها على الارض. وكانت لوسي علمت لتوّها أنها حامل بطفلها السابع.

في ذلك الوقت كانت ابنتها سوزي (١٢ سنة) ذات الشعر الاسود الطويل تدير قرص الهاتف لتطلب والدها فرانك في المكتب. وهي بقيت في المدرسة بعد الدوام للتدرب مع حَمَلَة الاعلام الذين يتقدمون الفرقة الموسيقية في العرض الرياضي الذي تنظمه المدرسة. ولم يجبها أحد على الطرف الآخر، فقررت أن تعود الى البيت سيراً.

عند زاوية إحدى الحدائق العامة المهجورة في الحي، تحت شجرة دردار، وقف رجل يومىء اليها ويناديها: "تريسي، تريسي."

فردت: "هذا ليس اسمي. أنا لست تريسي بل سوزي."

وكان الرجل في تلك الاثناء اقترب منها حتى أصبحت في متناوله فقال: "حسناً، بحوزتي مسدس وأريدك أن تأتي معي."

دفعها الى المقعد الامامي في سيارته

وانطلق صوب أحد الأزقة. وهناك اعتدى عليها. استمرّ الكابوس ساعة، ثم أفلتها الرجل وتركها تذهب.

دخلت سوزي أحد المتاجر الكبرى وهي خدرة الاحساس تعاني صدمة كبيرة. روت للموظفين ما حلّ بها فاتصلوا بالشرطة.

ذلك الاربعاء في ١٠ فبراير (شباط) ١٩٨٥ شكّل نقطة تحول في حياة عائلة ديكسون. ففي ذلك اليوم بدأت المطاردة.

لدى عودة سوزي من المستشفى الى البيت توجهت رأساً الى غرفة نوم أخواتها الاكبر منها لورا (١٩ سنة) وباربي (١٧ سنة) وجيل (١٥ سنة). وهناك أجهشن بالبكاء.

تلك الليلة رددت سوزي على مسمع عائلتها ما كانت روته للشرطة. فسيارة المعتدي كانت بنية، صندوقها كبير وذات متكآت منحنية للأذرع وأغطية قماشية للمقاعد ومحوّل سرعة اوتوماتيكي. والرجل الذي هاجمها ارتدى سروالا قاتماً وسترة بنية على مرفقيها رقعتان.

تولى أحد الرسامين في دائرة الشرطة رسم وجه المعتدي مستعيناً بالأوصاف التي قدمتها سوزي. وتتذكر لوسي: "كانت الأوصاف تنطبق على ألف شخص." لكن عيني سوزي، وهي الفنانة في العائلة، كانتا تلتقطان التفاصيل بدقة. فراحت في الليالي ترسم أجزاء من وجه الرجل: الشفتين، الفكين، العينين، الجبين.

سيدة الحديقة – بدا الامل معدوماً في العثور على الرجل بين ملايين الرجال في جنوب كاليفورنيا. وعن هذه الفترة في حياة العائلة تقول لوسي: "نصحنا أصدقاؤنا بصرف النظر عن الامر كله كأنه لم يحصل. إلا أنه كان لزاماً علينا ان نهتدي الى الرجل الذي اغتصب ابنتنا."

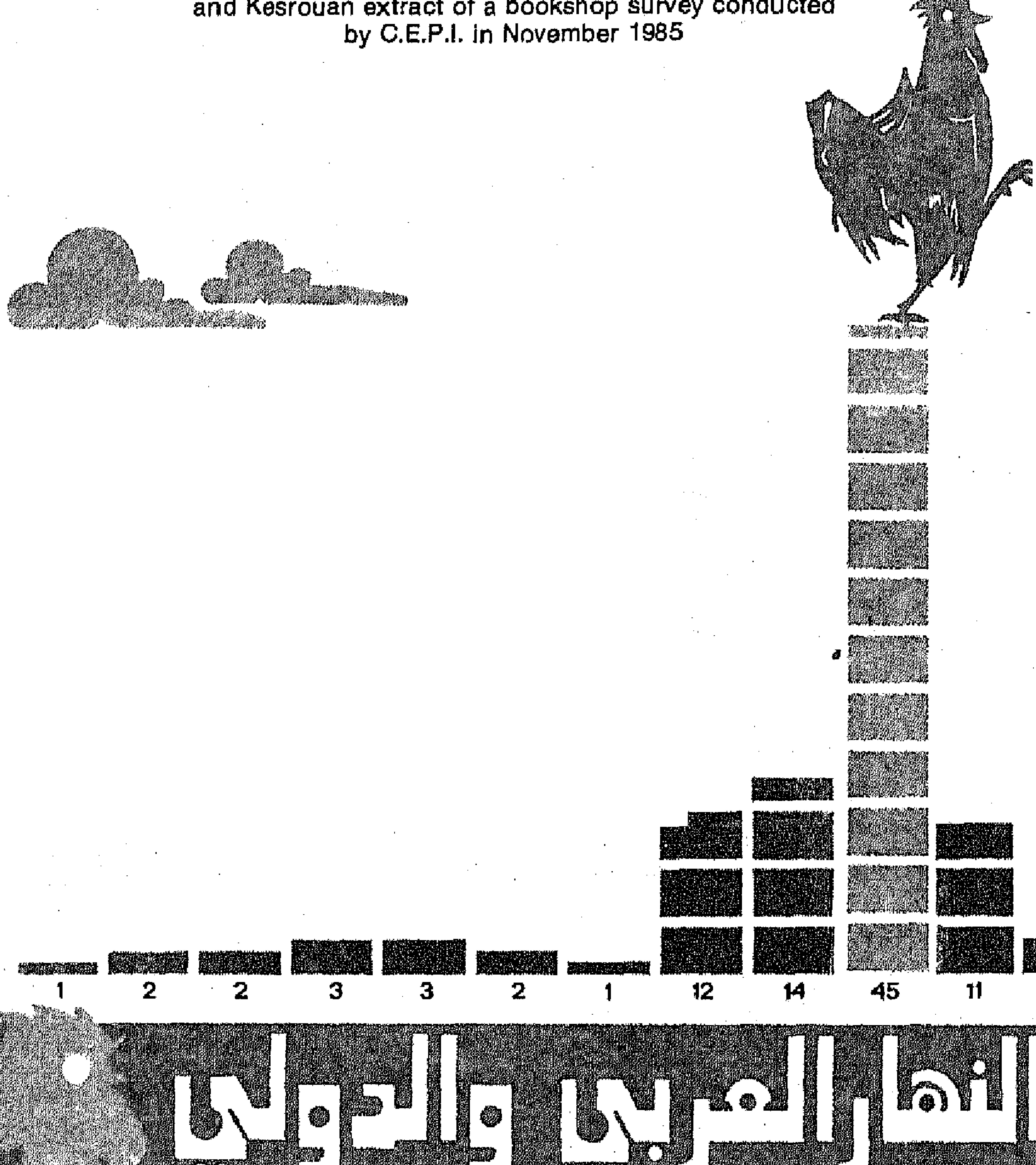
في نهاية ذلك الاسبوع اصطحب فرانك ولوسي ابنتهما سوزي الى تجار السيارات متظاهرين بالرغبة في الشراء، فيما راحت سوزي تقفز من سيارة الى أخرى، وفي احدى الوكالات سمعاها تنادي من قسم السيارات المستعملة: "ها هي! ها هي!" إلا أن السيارة التي أشارت اليها كانت من لون آخر ولكن بالاوصاف ذاتها: كبيرة الصندوق، ولها متكآت منحنية ومحوّل أوتوماتيكي للسرعة وكانت من طراز "فولفو." وأفاد البائع أن أغطية المقاعد التي وصفتها سوزي اقتصر استخدامها على السيارات المنتجة في العامين ١٩٨٠ و١٩٨١.

بعد ظهر الاثنين التالي توجهت لوسي بسيارتها الى الحديقة العامة حيث هوجمت سوزي، وظلت داخلها تراقب حتى الغسق لعل الرجل الغريب يعود الى مكان جريمته. وباتت المراقبة مهمة يومية بالنسبة اليها. وكانت بناتها، بمن فيهن سوزي، يرافقنها أحياناً كثيرة. وكلما رأين سيارة "فولفو" بنية لحقن بها. فاذا كان السائق يشبه المعتدي سجلن رقم السيارة.

وفي دائرة الشرطة في لوس انجلس تولى التحري ادوارد ايفانز تلقيم الدماغ الالكتروني الارقام التي سجلتها العائلة. وعرض على سوزي عشرات الصور التي تقدم لنيل اجازات السَّوْق. لكن أياً منها لم تنطبق على المعتدي.

The sky is still our limit

45 % of total newsweekly magazines sales in Greater Beirut Metn
and Kesrouan extract of a bookshop survey conducted
by C.E.P.I. in November 1985



an nahar arab & international

مجلة كل لبنان، مجلة كل اللبنانيين

exclusive advertising representative TAMI

واتسعت رقعة التفتيش. فكانت لوسي تنهض قبل بزوغ الفجر وتتوجه بسيارتها ومعها صغيراها ماري وجون، وتتوقف عند مدخل أحد مواقف السيارات. وكان فرانك كثير التنقل في السيارة بحكم عمله، فبقي يقِظاً هو أيضاً.

في المساء كان أفراد العائلة يعرضون المعلومات المجموعة ويقابلون بينها. وتقول لوسي: "كنت أحياناً أتوقف لافكر في ما أفعل. كانت المساحة التي نغطيها من الكبر بحيث شعرت كأنني نملة صغيرة. ولكن عوض أن أستسلم لليأس وأنسى الموضوع، قررت أن أضيّق نطاق بحثي وأركّز كل يوم على مكان واحد."

ذات يوم عادت سوزي من المدرسة وتوجهت الى غرفتها بصمت. وعندما تبعتها أمها وجدتها مختبئة في الخزانة وهي ترتجف. فأخبرتها ان صديقاتها في المدرسة يعتقدن أن البحث عن المعتدي عقيم، وذلك جعلها تفقد الأمل.

أمسكت لوسي ابنتها من كتفيها وقالت لها: "انظري الى عيني. لقد أساء اليك المجرم جسدياً، ولكن يجب الا نسمح له بايذائك عقلياً أيضاً. لن نسمح له بتدميرنا!"

انقضت أشهر اعتمدت لوسي بعدها أسلوباً جديداً. فهي بدأت تأخذ احدى بناتها في ساعة الازدحام الصباحي وتنزلها من السيارة عند مدخل موقف للسيارات، وتأخذ اخرى مساء وتدعها عند المخرج، لمراقبة السيارات وتدوين أرقام المشبوهة بينها. وكانت الفتاتان تحملان دائماً أقلاماً واوراقاً. وفي هذه الاثناء دأبت لوسي على تفحص كل رجل تشتبه فيه. وكانت تنعم النظر الى وجوه الرجال المصطفين في دكاكين البقالين. حتى الباعة في الاسواق والمخازن لم تستثنهم من التفحص.

بعد خمسة أشهر من بدء المطاردة تعرّضت فتاة أخرى لاعتداء في الحديقة العامة ذاتها، وكان المعتدي رجلا تنطبق عليه الاوصاف التي أعطتها سوزي. وتحولت لوسي "قطعة أثاث" ثابتة في الحديقة العامة. وكان رجال الشرطة يحيونها وهم يعرفون سبب وجودها هناك.

نوبات ارتياع – انقضى صيف حار تعس. كانت لوسي حاملا، ودرجت على التوجه يومياً الى الحديقة العامة حيث كانت تجلس في سيارتها وهي تتصبب عرقاً في حرارة بلغت ٣٨ درجة مئوية، ومعها صغيراها مربوطين الى المقعد الخلفي. وذات عصر حملت ابنها جون وتوجهت به الى السيارة، فما كان منه الا أن عضّها. فهو علم وجهتها. اما لوسي فقالت: "شعرت بالذنب الشديد."

في البدء اعتبرت الفتيات البحث مغامرة. وهن أطلقن على والدتهن اسم "شرلوك" نسبة الى التحري الشهير شرلوك هولمز. وكنّ فخورات بعزمها. الا أن الجلوس تحت الشمس طوال النهار وتدوين أرقام لوحات السيارات لم يعودا مصدر إثارة وتسلية، خصوصاً أن الحديث مع والدتهن لم يعد يتناول الاصدقاء والدرس والعمل، بل اقتصر معظمه على موضوع البحث عن المجرم.

والتغيير في منزل آل ديكسون شمل نواحي أخرى من حياة العائلة. فبعدما

كانت الفتيات يتمتعن بحرية التجوّل في الحيّ والجوار، أصبح عليهن كلما خرجن من البيت أن يتصلن بوالدتهن لاعلامها بوصولهن سالمات الى بيوت صديقاتهن. وباتت لوسي توصد الباب الامامي لئلا يتخطى الصغيران عتبته.

ذات مساء انتابت سوزي نوبة ارتياع، وكانت برفقة صديقاتها يتزحلقن على الطريق بمزالج ذوات عجلات. وهي قالت لامها: "حل بي شعور رهيب واقشعر بدني. لقد رأيت وجهه."

كان ذلك ارتجاعاً وهمياً راود سوزي غير مرة مما جعل والديها يعرضانها على طبيبة نفسانية. لكنها انقطعت عن العلاج بعد الزيارة الثالثة ايماناً منها بأنه اهدار للوقت. قالت لوالدتها: "لو انني أشعر بالذنب لشفتني الطبيبة. لكنني لا أشعر بالذنب."

أصبح التحري ايفانز مرشد سوزي ومستشارها. وهي كانت تتحدث معه على الهاتف لمجرد الحديث. وهو يتذكر: "كانت تجد صعوبة كبيرة في التكيف مع الحادث الذي تعرّضت له. والبحث عن الرجل شكل بالنسبة اليها والى افراد عائلتها متنفساً لتصريف شعورهم بالغضب. كان ذلك علاجاً جيداً. ومن الضروري اشراك الناس في الاهتمام بما يحصل."

شعر فرانك ديكسون بأن لا خيار له وقال: "إذا لم نلاحق القضية فربما حصل الامر نفسه لفتاة أخرى غداً او الاسبوع المقبل أو السنة المقبلة. هذا الرجل يجب الا يترك طليقاً في المجتمع."

بدأت سنة دراسية جديدة ورزقت عائلة ديكسون مولوداً ذكراً هو سابع أولادها. كان الحمل صعباً. وذات يوم بعد مولد لي ظنت لوسي أنها تعرضت لنوبة قلبية. فهرع بها فرانك الى المستشفى حيث أخبرها الأطباء أن ما بها تعب أعصاب. اما هي فكانت تعرف المُلام: ذاك الرجل الغريب. وأصبح نومها يقتصر على خمس ساعات.

تململ وغضب – في فبراير (شباط) بعد انقضاء سنة على الحادث بدأ القلق يساور آل ديكسون. ترى هل باع الرجل سيارته؟ هل انتقل الى ولاية أخرى؟ هل مات ولم يعلموا بأمره؟

استمر البحث عن الجاني أسبوعاً بعد آخر، وبدأت شقيقات سوزي يضقن ذرعاً، ولاسيما جيل التي أصبحت في سنتها الجامعية الاولى. وأكثر ما أزعجها الحاح والدتها على ايجاد الجاني واهتمامها الذي انصبّ كله على سوزي. حتى علاماتها في الجامعة تأثرت سلباً. كذلك لورا وباربي شعرتا بغضب شديد. فهما صرفتا أياماً ترعيان المولود الجديد بينما والدتهما وسوزي تبحثان عن الرجل الغريب.

شعرت لوسي بوطأة ما كان يحدث. لكنها لم تقو على ايقافه، وهي قالت: "لم أعد تلك الأم. كنت أحضّر الطعام لاولادي، لكنني لم أعد أتحدث معهم كما في السابق."

في هذه الاثناء كان ملف سوزي ديكسون في مركز الشرطة يزداد انتفاخاً كلما أضيفت اليه ارقام لوحات السيارات التي جمعتها العائلة وزوجة التحري

ايفانز. وبلغ مجموع الصور التي عُرضت على سوزي، لتتعرف الى الجاني، مئة صورة، من دون أن يحالفها الحظ في العثور عليه.

"شكراً يا شرلوك" – بعد ظهر ذات يوم في أوائل شهر ابريل (نيسان) ١٩٨٤ كانت لوسي تقطع الشارع مصطحبة ابنتها ماري من المدرسة الى البيت. فمرت أمامهما ببطء سيارة "فولفو" من طراز ١٩٨٠ بنية اللون. ولمحت لوسي سترة بنية ملقاة على المقعد الامامي.

أسرعت الخطى الى سيارتها وانطلقت في اثر الفولفو التي ما لبث سائقها أن انعطف بها في دورة كاملة عائداً في الطريق التي أتى منها. وفعلت لوسي مثله وجدّت في اثره. إنه يترصد تلميذات المدرسة، هكذا فكرت. وفتشت مهتاجة عن قلم في حقيبة يدها تدوّن به رقم اللوحة، لكنها لم تجد طلبها. فصرخت في ابنتها: "ماري، تذكري هذا الرقم!" ورددت على مسمعها رقم السيارة فيما سائقها ينعطف بها للمرة الاخيرة قبل ان تختفي.

عادت لوسي الى البيت مسرعة واتصلت بالشرطة. ثم قررت أن تعود الى المدرسة. وفيما هي تنطلق بالسيارة من أمام منزلها رأت الفولفو البنية مقبلة نحوها. نظرت الى اللوحة واكتشفت ان الرقم الذي أعطته للشرطة كان خطأ! أخرجت مغلفاً من حقيبة يدها وحفرت عليه الرقم بظفرها.

عادت لوسي الى المنزل واتصلت ثانية بالشرطة التي أصدرت مذكرة فورية بتوقيف صاحب السيارة.

مرّ اسبوع. وذات مساء رن جرس الهاتف في منزل آل ديكسون وكان المتحدث التحري ايفانز. أخيراً، بعد انقضاء سنتين وشهرين ويومين على المطاردة، زج سائق سيارة الفولفو في السجن. وهو بائع من مدينة بانوراما في الثالثة والثلاثين من عمره، وقد وجهّت اليه ٣٣ تهمة بجرائم مختلفة بينها اغتصاب سوزي وخمس فتيات غيرها راوحت أعمارهن بين ١١ و١٥ سنة.

عندما بلغ سوزي النبأ قبّلت أمها هاتفة: "لقد نجحت أخيراً يا شرلوك. شكراً لك يا الهي، شكراً لك أيها التحري ايفانز وشكراً لك يا شرلوك الحبيب."

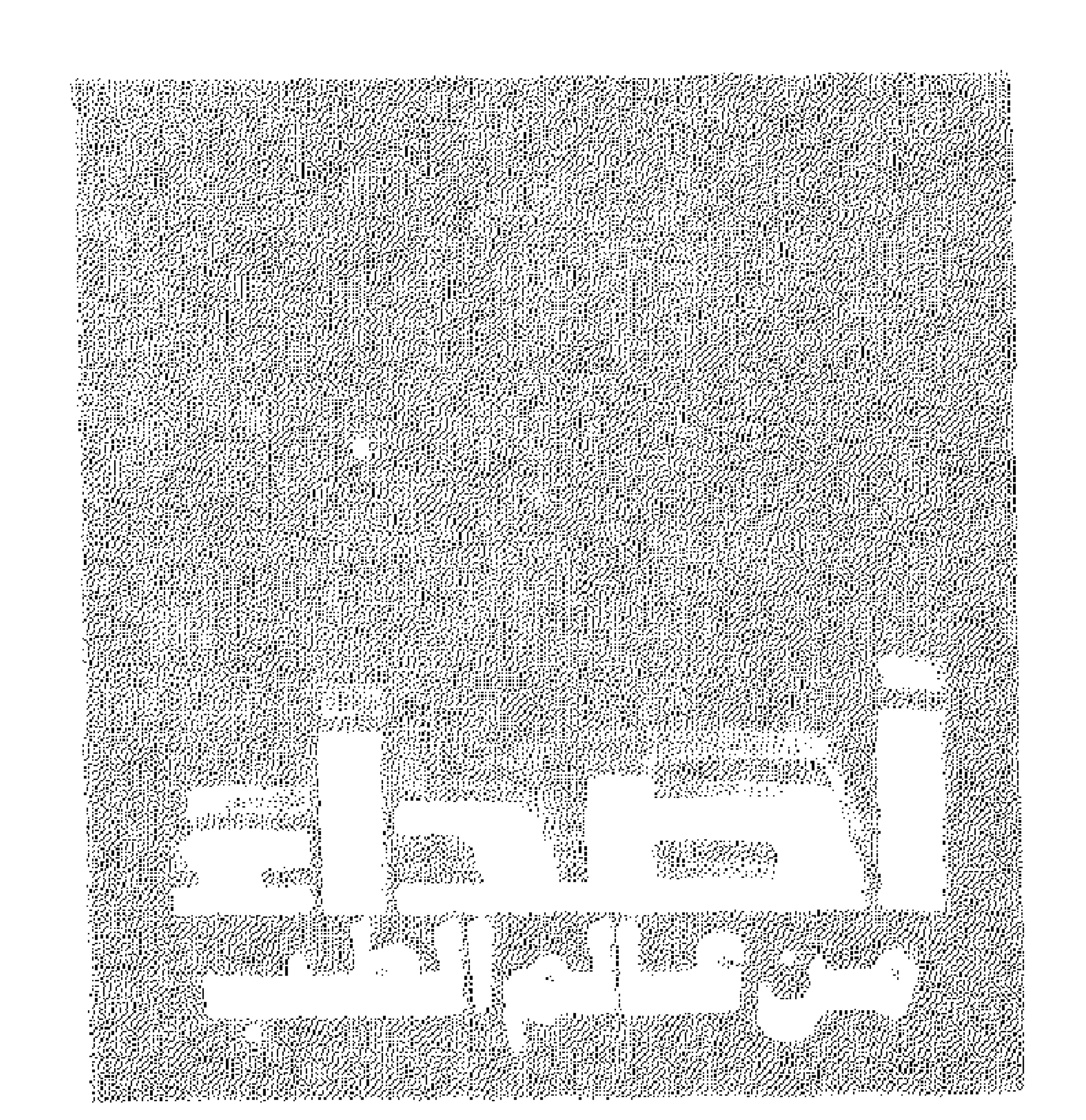
أدلت سوزي وأمها بشهادتيهما امام المحكمة عام ١٩٨٥. واعترف المتهم بارتكاب خمس جرائم اعتداء وبجريمة خطف. وحكم عليه بالسجن ٤٤ سنة.

لقد انتهى عذاب لوسي، وتلاشت الكوابيس التي قضت مضجع ابنتها سوزي. وهذه الآن صبية رائعة الجمال في السابعة عشرة من عمرها. والرابط وثيق جداً بينها وبين امها. كما ان لوسي بدأت ترمم علاقتها مع بناتها الآخريات. وهي تقول: "عادت الينا الابتسامة."

سكوت كرافت



يفتقر البخيل الى الموجود إضافة الى المفقود. أ.ل.م.



الغدة الدرقية وآلام الحيض

ان الأعراض المرَضية التي تسبق الحيض ربما كان مردها الى اضطرابات في الغدة الدرقية. هذا ما تعتقده الدكتورة نورا برايشو من مركز طب النفس البيولوجي في واتشونغ بولاية نيوجرزي. وقد درست العلاقة بين هذه الاعراض والاضطرابات بمعاينة ٣٤ امـرأة يشكين من هذه الاعـراض ومقارنتهن مع ٩ نساء لا يشكين منها. وتبين ان النساء الـ٣٤ لا يحتملن البرد ويعانين تقلبات في الوزن وارهاقاً وسوء هضم، وانهن قبل الحيض مباشرة يتميزن بسرعة الانفعال والكآبة والقلق وبتوق شديد الى تناول الحلوى. ووجدت الدكتورة برايشو أن ٣١ منهن أظهرن دلائل على اضطرابات درقية في حين لم تظهر هذه الدلائل لدى النساء التسع السليمـات. وكلمـا زادت حـدة الاضطرابات الدرقية زادت حدة أعراض ما قبل الحيض.

وبعد المعالجة بعقار مكمّل لعمل الغدة الدرقية توقفت الاعراض لدى النساء الـ٣١ فأصبحن اقل انفعالا وشعرن بنشاط اكبر وانتظمت دورة حيضهن وأصبح وزنهن اكثر ثباتاً وخف توقهن الى الحلوى. أما الثلاث اللواتي تعمل غددهن على نحو طبيعي فتبين أن لديهن مشاكل نفسية، ولدى اعطائهن دواء ضد الانحطاط خفّت أعراض الكآبة لديهن.

نشرة "أخبار الطب النفسي السريري"

ضرب الخلايا السرطانية

دمج اطباء الشعاع الاحمر العادي بعقار للسرطان يتأثر بالضوء، فتحققت نتائج بارزة في تبديد بعض أنواع السرطان ذات المقاومة العالية جداً، بما فيها سرطان الرئة وسرطان المريء. ويقول عالم البيولوجيا الاشعاعية الدكتور توماس داورتي من معهد روسويل بارك التذكاري في بافالو بولاية نيويورك: "ان المعالجة الدينامية الضوئية(★) تعتمد الآن في معالجة زهاء ٢٧٠٠ مريض في أنحاء العالم." أما الدكتور أوسكار بالتشوم من كلية الطب في جامعة كاليفورنيا الجنوبية في لوس انجلس، فقد أبلغ عن تحقيق معدل تجاوب يقارب ١٠٠ في المئة لدى المرضى المصابين بأورام سرطانية باكرة او متقدمة في الشعب الرئوية.

يختزن الدواء في الخلايا السرطانية، ولكن ليس في معظم الخلايا الطبيعية، وحين يضرب الضوء – وهو عادة من أشعة لايزر – الخلايا المشبعة بالدواء ينتج من ذلك نوع من الاوكسجين قاتل للورم.

ويجوز تطبيق هذه المعالجة على أي أورام يمكن الوصول اليها بالمنظار الطبي (المجواف) وفي معظم الحالات يتقبل الجسم المعالجة بيسر.

مجلة الصحة الامريكية

(★) Photodynamic therrapy

علاج جديد للديسك

هناك طريقة جديدة لمعالجة الديسك الممزق في العمود الفقري من دون اللجوء الى جراحة شاملة وتخدير عمومي واقامة طويلة في المستشفى. وقد تبين ان هذه الطريقة آمنة في الاختبارات السريرية. هذا ما اعلنه الدكتور فرت موني مدير قسم جراحة العظم في مركز علم الصحة.

يسبب الديسك الممزق ألماً حاداً في الظهر والرجلين عندما تخرج نواته المطاطة من بين الفقرات وتضغط أعصاب النخاع الشوكي.

تدعى التقنية الجديدة "استئصال تمزق الديسك القَطَني من طريق الجلد بواسطة مسبر سافط"(١) . يغرز مسبر في الجلد ويعبر بين الفقرات ليصل الى وسط الديسك. وتنزع قطع من النسيج بسكين دقيقة في المسبر ثم تسفط الى الخارج. عندئذ يزول الضغط عن الاعصاب ويرجع الديسك الى وضعه الطبيعي.

يسترشد الجراح بمكشاف الفلورية(٢) الذي يعرض صورة على شاشة تلفزيونية، وبالمريض الذي يكون مخدراً لكنه ينبه الطبيب اذا شعر بالالم. ويقضي المريض ليلة أو ليلتين في المستشفى.

وينصح الدكتور موني بأن يجرب المريض فترة قصيرة من الراحة في السرير، ثم يجرب تمارين العلاج الفيزيائي قبل اجراء أي جراحة في الظهر.

مركز الصحة بجامعة تكساس

(١) Percutaneous lumbar discectomy with aspiration probe

(٢) Fluoroscope

التمرين يطيل العمر

أظهرت الدراسات التي أجراها الباحثون الطبيون في جامعتي هارفرد وستانفورد الامريكيتين على آلاف الرجال الذين هم في منتصف العمر وما فوق أن التمرين الجسدي، مهما يكن متواضعاً، يعمل على إطالة الحياة.

والدراسة الجديدة التي نشرت نتائجها في مجلة الاتحاد الطبي الامريكي تناولت ١٦٩٣٦ شخصاً من خرّيجي جامعة هارفرد وتابعت تطوراتهم الصحية منذ ١٩٦٠. شملت المجموعة ٥٧٢ شخصاً عانى كل منهم نوبة قلبية أولى و١٤١٣ شخصاً قضوا بعلل مختلفة. وطلب من المتخرجين أن يصفوا أنواع الرياضة التي يمارسونها، ومنها تسلق السلالم والمشي، مع تسجيل وزنهم وضغط دمهم وأمراض القلب في عائلاتهم.

ويقول الدكتور رالف بافنبارغر أستاذ علم الأوبئة الزائر في جامعة هارفرد والكاتب الرئيسي للتقرير: «وجدنا علاقة مباشرة بين درجة النشاط الجسدي وطول الحياة لدى الرجال الذين درسنا احوالهم." وتبين أن نسبة الوفيات الناجمة عن أمراض الأوعية الدموية متدنية على نحو ملحوظ بين الخرّيجين الذين بذلوا ألفي وحدة غذائية حرارية (كالوري) أو أكثر في الاسبوع عبر الرياضة الجسدية. ومن ناحية أخرى تبين أن هذه النسبة مرتفعة بمقدار ضعفين لدى الخرّيجين الذين لا يبذلون أي نشاط جسدي يُذكر.

وخلص الباحثون الى ان الخمول يقصر العمر، وحضوا الناس على ممارسة ما يروقهم من الرياضة المنتظمة.

صحيفة "نيويورك تايمس"



أراد لنزله نجمة اضافية كي يقصده السياح لكن الطبق الذي حضره للمتذوق الرسمي كان نذير كارثة

الطاهي بونفال ونعناع القطط

حين تزور منطقة القصور على امتداد نهر اللوار في فرنسا، لا بد من أن تتناول وجبة في "نزل قصر لواريه" الشهير الواقع تحت قصر شومون مباشرة.

هناك ستلتقي السيد أرمان بونفال القصير القامة والممتلىء الجسم، انه صاحب النزل والطاهي فيه. وهو شاب المظهر، ينم عن ذلك وجهه النشط اللطيف.

كذلك ستلتقي السيدة بونفال، وهي امرأة ذات صدر رحب وجسم سمين. ولربما شاهدت أيضاً "مينيت" الهرة الصغيرة السوداء والبيضاء مفخرة الزوجين ومصدر سرورهما.

وما من شك في أنك ستتناول الطبق المميز في النزل والمعروف باسم "بولارد سوربريز تريز مينيه"(١). وستمتع حلقك بنكهة مقومات الطبق الغريبة التي يتعذر تحديدها. واذا ما استعلمت عن مغزى تسمية هذا الطبق اللذيذ أو عما يجعله لذيذاً الى هذا الحد بحيث يصعب نسيان طعمه، فستصطدم بعناد من

(١) «Poularde Surprise Treize Minets» وتعريبه "مفاجأة الدجاج على طريقة الثلاث عشرة قطة."

Condensed from «Confessions of a Story-Teller,»

جانب الزوجين اللذين يحتفظان بالسر.

وحتى الآن لم يطلع أحد اطلاقاً على سر هذا الطبق الذي لا يملك وصفته سوى الزوجين بونفال، وقد عجز حيالها أبرع الذواقة الفرنسيين.

جاء في دليل "ميشلان" الشهير للمسافرين والذواقة أن النزل مطعم مريح جداً. الا أن ذلك لم يرض أرمان بونفال. فالدليل يعتمد نجوماً للمفاضلة في جودة الأطعمة. والنجوم الثلاث ترمز الى الأفضل في البلاد، لكنها ظلت بعيدة جداً عن السيد بونفال. حتى انه لم تتوافر له فرصة الحصول على نجمتين تعنيان أن الطعام ممتاز يستحق أن يتكبد المرء في سبيله مشقة السفر الطويل. لكن بونفال فاز بنجمة واحدة ترمز الى أن ثمة أطعمة جيدة جداً في نزله.

ويا للأسف، لم يكن الامر في يده. فدليل "ميشلان" يغطي مئات ألوف المطاعم، وقد تمر سنوات قبل أن يرجع "المتذوق الرسمي" الى النزل. وحتى اذا جاء المتذوق اتفاقاً فلن تتوافر للسيد بونفال فرصة اعداد طبق مميز له، اذ ان دليل "ميشلان" يستند الى اختبارات سرية فيرسل مراقبيه كمسافرين عاديين. وغالباً ما كان السيد بونفال يتأوه قائلا: "ليتني أستطيع استباق مجيئه!"

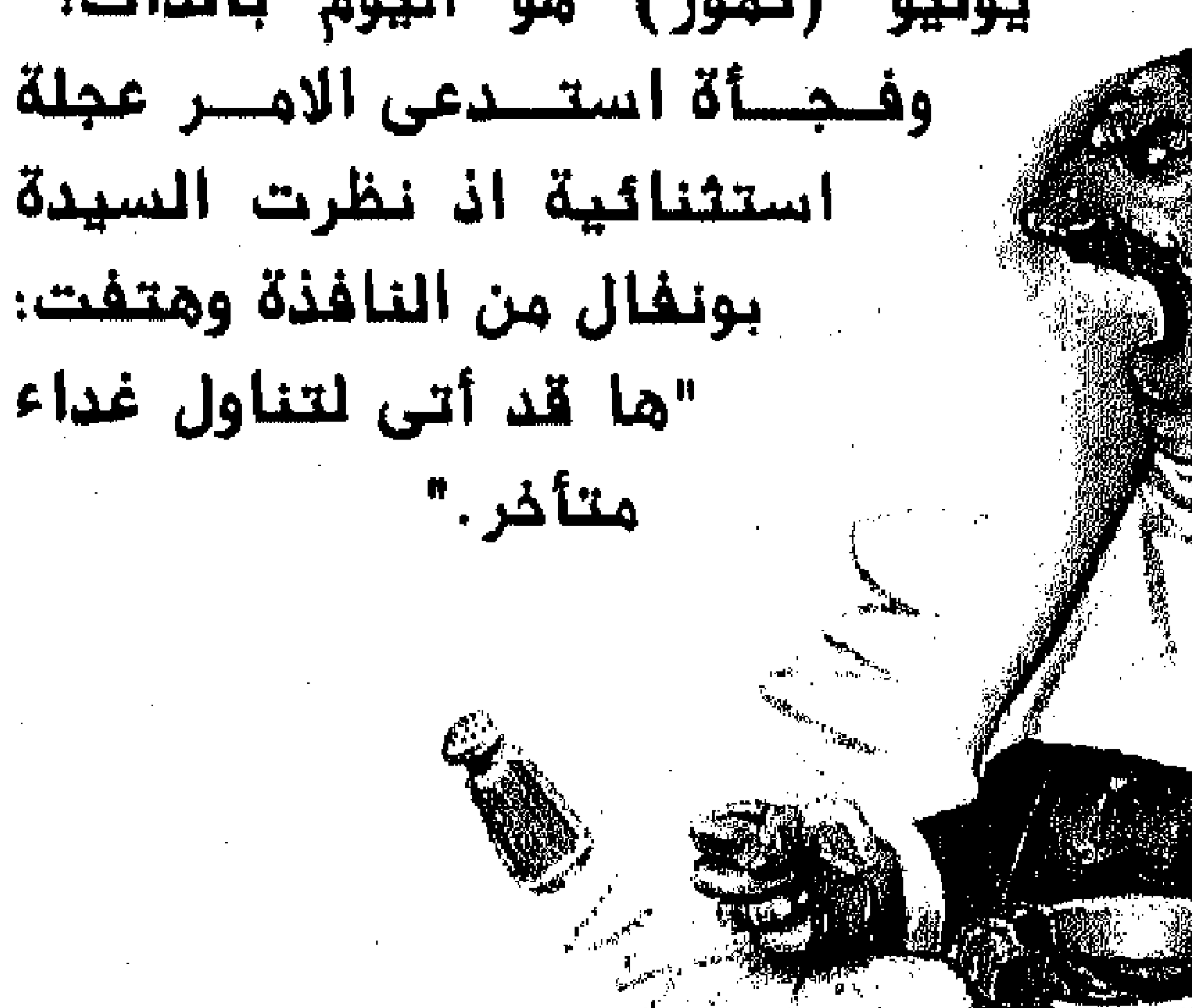
ذات يوم تسلم السيد بونفال رسالة أربكته وكاد ألا يصدق ما قرأ فيها:

عزيزي بونفال.

قبل بضع سنوات ساعدتني عندما كنت جائعاً ولم أنس لطفك. واليوم أجدني في وضع يسمح لي بأن أرد اليك المعروف. فمن خلال صلتي بدليل "ميشلان" علمت أن مراقباً سيزور منطقة لواريه - سور - لوار نهار الجمعة ١٣ يوليو (تموز) ويحقق في نوعية أطباقك. واني على ثقة بأنك ستفيد من هذه المعلومات. أنا صديق قديم.

كركند في القمر

صرخ السيد بونفال: "سأصبح شهيراً ونغدو أثرياء." لكنه ما ان أنهى كلامه حتى صاح متنبهاً: "رباه! الجمعة ١٣ يوليو (تموز) هو اليوم بالذات!" وفجأة استدعى الامر عجلة استثنائية اذ نظرت السيدة بونفال من النافذة وهتفت: "ها قد أتى لتناول غداء متأخر."





نزل من سيارة كبيرة براقة رجل أمضى أيامه مختبراً أفخر الطعام والشراب فبات مثل عجل مسمن. دخل من الباب الأمامي حاملا في يده دليل "ميشلان" وقد ارتسمت على وجهه ملامح تنم عن قساوة وترقب. فاندفع بونفال الى المطبخ مرتبكاً وهو يصرخ: "سأعد له الكركند في القمر!"

لكن وصفة "الكركند في القمر" دقيقة وتتطلب كركنداً كبيراً يقلى بالزبدة ويغطى ثم يحشى في "القمر" وهو رغيف بريوش(٢) مجوف هش.

وهكذا توالت الكوارث. فالكركند لم يكن "حياً جداً" كما حددته الوصفة، بل متخشب لا ينبض فيه عرق. وذكر الطباخ برازون أن الريح عطلت الموقد بحيث لم يستطع رفع حرارته الى الحد المطلوب.

أما أوديت النادلة التي اضطربت أعصابها بسبب التوتر المخيم، فقد أوقعت الحساء في حضن الرجل السمين الذي ما فتىء السيد بونفال يدعوه "ذواقة السيد ميشلان." وانشغلت سيليست، مساعدة الطباخ، في تكسير اللوز على اللوح المخصص لهرس الثوم. وفتحت السيدة بونفال الفرن في لحظة كان برازون يفتح الباب الخلفي. فهبط "القمر" بما فيه.

قبعة الثوم

احمر وجه السيد بونفال وسيطر عليه غضب شديد فاندفع لاغلاق الفرن في لحظة اختارتها الهرة مينيت للتنزه في المطبخ. وهي كانت على وشك وضع بطن جراء.

وزلت قدم بونفال اذ تعثر بمينيت. فاندلقت صلصة الفانيليا التي كان يحركها.

واذ تخطت الاحداث قدرة بونفال على الاحتمال، رفس مؤخرة مينيت ففرت مسرعة من الباب الخلفي المفتوح. عندئذ وجه بونفال تهجماته على جميع من في المطبخ وكال لهم النعوت القبيحة. وجاءت ردود الفعل مباشرة. فاستقال برازون من وظيفته واختفت أوديت وانتابت سيليست نوبة سعر. أما السيدة بونفال فحبست نفسها في غرفتها.

وهكذا قدم بونفال الطبق بنفسه الى ذواقة السيد ميشلان. لكن صوتاً يشبه التنهد صدر من "القمر" فرقّ على أثره حتى أصبح يشبه قبعة قديمة الطراز. وتناول الرجل السمين لقمة من طرف الطبق. فجأة أطلق صرخة: "أيها المسمم، لقد لوثت الطبق بالثوم!" وأخذ يلوح بدليل "ميشلان" في وجه بونفال

(٢) البريوش خبز محلى يعد مع قليل من الزبدة والبيض.

المرتاع مهدداً: "سأتدبر أمرك ولن يعود في امكانك أن تخدع المسافرين الابرياء." ثم انتزع المنديل من حول عنقه ومشى الى سيارته.

أما بونفال الذي اعتاد مواجهة مصائب الحياة بشجاعة فسرعان ما استعاد رشده. وشعر بالخجل لما بدر عنه من أقوال. فأسرع الى غرفة زوجته الموصدة وراح يكلمها عبر ثقب المفتاح: "أخرجي الآن يا عزيزتي. لقد انتهى كل شيء. ذهب الذواقة ليقدم تقريره وسنصبح فقراء. ولكن ما دمت أنت معي فلن تنقصني الشجاعة لكي أبدأ من جديد." وتوقف عن الكلام اذ سمع المفتاح يتحرك ببطء في القفل.

مسافر مسكين

في وقت لاحق نزل بونفال الى الطبقة السفلى فهدأ النادلة واعتذر الى برازون ووعد سيليست بزيادة راتبها اذا لم يضطر الى إقفال النزل.

ومع ذلك لازمه حزن آخر. فالليل قد هبط وصديقته الصغيرة مينيت لم ترجع بعد. انها على حق في أن تغضب منه، هذا اذا كانت لا تزال حية. ولكن ما الطريقة لاقناعها بأن بونفال يحبها وبأنه آسف جداً لما صدر عنه. فجأة طرأت فكرة على ذهنه: مينيت تعشق الدجاج. وسيغريها بطعامها المفضل. فراح يتمتم: "يا صغيرتي مينيت، سأطهو لك "مفاجأة الدجاج الملكي" كما لم أطهها من قبل."

وأخذ ينزع العظام من الدجاجة. ثم حشاها باتيه كبد الاوز وكمأة وكلى طيور نكهت بعصير خاص. ولقد كان ذلك ضرباً من الفن والحب. فشأن الفنانين الحقيقيين والعشاق بدأ بونفال يرتجل تجربة جريئة، يضيف عشبة هنا وتابلا طيباً هناك وقليلا من الدهن المدخن وكوباً من الخل المعتق. وفيما هو يبحث في الخزانة عما يمكن أن يبهج قلب مينيت ويحرك شهيتها وجد المقوم الذي لم يشكل يوماً جزءاً من طبق "مفاجأة الدجاج الملكي" أو أي طبق آخر.

ولما انتهى من اعداد الدجاجة قسمها نصفين ووضع أحدهما في صحن ثم خرج به وراح ينادي مينيت. الا أنه لم يسمع أي جواب. فعاد الى المطبخ محطم



الفؤاد ليكتشف أن النصف الآخر من الدجاجة اختفى.

وهنأته زوجته: "يا للفرصة السعيدة أنك طهوت دجاجاً. فهناك رجل مسكين تعطلت سيارته فدخل المطعم وطلب تناول بقايا طعام بارد. وكم بدا متعجباً عندما وضعت أمامه طبقك المميز."

ذعر بونفال وهتف: "لكنني طهوت هذا الطبق لمينيت." وما كاد ينهي كلامه حتى فتح الباب بعنف وبرز منه رجل قصير القامة بدا مضطرباً ومذهولا وهو يصرخ: "يا للعبقرية! أحييك، أهنئك! فأنا لم أتناول مثل هذا الدجاج الملكي خلال خمس وثلاثين سنة، وفي منتصف الليل. ستنال مكافأتك... نجمة... لا... نجمتين."

ثم أضاف: "أمنحك ثلاث نجوم اذا أطلعتني على المقوم السري."

نظر اليه بونفال فاغر الفم. وتابع الرجل: "بالطبع تذوقت البقدونس وفكرة وضع المردقوش لموازنة تأثير نكهة الطرخون كانت ممتازة. الا أن ثمة نكهة فاتتني. وأنا، فرنان دومير المراقب في دليل ميشلان، يجب أن أعرف ما هي. فأنت غيرت وصفة الدجاج الملكي وعظمتها، وسيكون لك شرف تسمية هذا الابتكار الجديد. لكن قل لي أولا ما هو المقوم الخفي فتحصل على النجمة الثالثة."

سادت المطبخ لحظة صمت. ثم قال بونفال: "لا أستطيع اخبارك. وسأكتفي بالنجمتين اللتين وعدتني بهما."

فرد الذواقة: "أنت على حق، فرئيس الطهاة لا يكشف أسراره أبداً. حسناً، إن نجمتين ستجعلان العالم يقصدك لتناول الطعام الذي تطهوه."

وفي هذه اللحظة دخلت مينيت المكان ووضعت جرواً صغيراً في علبة أعدت لهذا الغرض قرب الموقد. ثم خرجت ثانية لتعود مع جرو آخر فآخر فأخرى حتى بلغ عددها ثلاثة عشر جرواً. عندئذ نطق السيد بونفال والدموع تكرج من عينيه: "أسمي طبقي الخاص مفاجأة الدجاج على طريقة الثلاث عشرة قطة."

ولكن أرجوكم. اذا تناولتم الدجاج اللذيذ الذي يعده بونفال فلا تخبروه أني أفشيت سر العنصر الغامض الذي أضافه اليه. فهذا العنصر بسيط جداً لكنه مميز. فبسبب حب بونفال لمينيت رش على الدجاجة تلك المادة العشبية التي تحب فصيلة السنوريات طعمها. وهي كناية عن أوراق "نيبيتا كتاريا" المعروفة عموماً باسم "نعناع القطط."

بول غاليكو

الفاعل والمتسول

أثناء صف تدريس القواعد كتب المعلم على اللوح الاسود الجملة الآتية: "مات المتسول جوعاً." وسأل أحد تلاميذه: "أين الفاعل في هذه الجملة؟"
أجاب التلميذ: "حسناً، أعتقد انه في المقبرة."



دائرة المعارف

"كليلة ودِمنة" كتاب يروي الحكمة على ألسُن البهائم والطير. ألّفه الفيلسوف الهندي بيدبا لدبشليم ملك الهند، ونقله الى العربية عبدالله بن المقفع، وعن الترجمة العربية نقل الى لغات العالم. هنا كلمات مأخوذة من ترجمة ابن المقفع. وقد وضع أمام كل منها أربعة معان، واحد منها صحيح. والمطلوب من القارىء أن يختار المعنى الذي يعتبره مناسباً، ثم يقلب الصفحة ليحصل على الاجوبة ويقيس مستواه.

١. سعاية: خدمة – وشاية – ضريبة – مشي في الليل.
٢. حَوْل: يوم – أسبوع – شهر – سنة.
٣. سوقة: رعيّة – قصبة دقيقة – قائمة – سوق صغيرة.
٤. جَدّ: كنز مكشوف – عنق – حظ – سعة خيال.
٥. أهواء: متاعب – ملذات – أمواج البحر – رياح.
٦. صندل: شجر هندي – نعل – بخور – قارب صغير.
٧. فَرَق: بعد وجفاء – غضب شديد – هزال – فزع.
٨. بوار: مقدرة – أرض فسيحة – هلاك – وفاء واخلاص.
٩. تبرّم: تنصّل – جال في المكان – تضجّر – فسّر.
١٠ – ضنّ: لبث – بخل – تألم بصمت – أخطأ الظن.
١١. جُعْل: جرو – صوت الجمل – خرج – أجر العامل.
١٢. صَنْج: آلة طرب – تيبُّس الرقبة – درع – من الطيور.
١٣. حُمَة: مروءة – طعام – ابرة العقرب – حرارة.
١٤. غوائل: بواطن – دواهٍ – إناث الغول – معارك.
١٥. جُبّ: كومة نبات – عجرفة – أصل ونسب – بئر.
١٦. تحرّز: تأنّق – تسقّط الاخبار – تساءل – توقّى.
١٧. فجور: صياح – ركوب المعاصي – ظلم – سهر حتى الفجر.
١٨. رهط: قوم الرجل – عجلة – جلبة – ثوب فضفاض.
١٩. إياس: مواساة – لباقة – يأس وقنوط – ميزان.
٢٠. حبائل: مصائد – أطفال صغار – خيوط – قلوب.
٢١. قَرَفَ: أخذ خلسة – اتهم – تقزّز – رش القرفة.
٢٢. ارتطم: أصاب – سقط في الوحل – ضرب – مات.
٢٣. جوّاس: حارس – طبيب – فارس مغوار – أسد.
٢٤. شَطَط: عجز – سفر – مجاوزة الحد – التواء الشفتين.
٢٥. آنفاً: قبل وقت قريب – أبداً – أولا – لاحقاً.



الأجوبة الصحيحة

١. السِعاية: النميمة والوشاية. المسعاة: المكرمة.

٢. الحَوْل: السنة لأنها تحول أي تمضي. أيضاً: الحذق وجودة النظر.

٣. السوقة: الرعية من الناس. وقيل سَمّوا كذلك لأن الملك يسوقهم الى ما شاء.

٤. الجَدّ: الحظ. أيضاً: الرزق وضفة النهر وأبو الأب وأبو الام وضد الهزل.

٥. الأهواء: ميل النفس الى ما تستلذه من شهوات. واحدها هوى.

٦. الصندل: شجر هندي خشبه طيب الرائحة ومن الادوية القلبية.

٧. الفَرَق: الفزع. يقال: فَرَق خيرٌ من حُب، أي أن تهاب خير من أن تُحَب.

٨. البَوار: الهلاك. أيضاً الكساد. دار البوار: جهنم.

٩. تبرَّم: تضجَّر.

١٠. ضَنَّ: بخل. الضنائن: الاشياء التي يُضَن بها لنفاستها.

١١. الجُعل والجعالة: أجر العامل. الجَعالة أيضاً: الرشوة.

١٢. الصَّنْج: صفيحة مدورة من نحاس تضرب على أخرى فتحدث صوتاً مطرباً.

١٣. الحُمَة: الابرة التي تضرب بها العقرب ونحوها.

١٤. الغوائل: الدواهي. واحدتها غائلة. والغائلة أيضاً: الشر والحقد الباطن.

١٥. الجُبّ: البئر العميقة. تجابَّ الرجلان: تزوج كل منهما أخت الآخر.

١٦. تحرَّز واحترز منه: توقّاه. الحِرْز: الموضع الحصين.

١٧. الفجور: الفساد وركوب المعاصي. الفَجَر: الجود والمعروف وكثرة المال.

١٨. الرَهْط والرَهَط: قوم الرجل وقبيلته. أيضاً: عدد يجمع من الثلاثة الى العشرة وليس فيهم امرأة.

١٩. أيس منه إياساً: قنط وقطع الرجاء. الآئسة: البالغة خمسين سنة وما فوق.

٢٠. الحبائل: المصائد. واحدتها حِبالة.

٢١. قَرَف: كذب، اتهم. أيضاً: قشر وكسب.

٢٢. ارتطم: سقط في الوحل أو في الرُطمة، وهي الأمر الذي لا تعرف كيف تتدبر فيه.

٢٣. الجوّاس: الأسد. أيضاً: الذي يتخلل القوم فيعيث فيهم.

٢٤. الشَطَط: الابتعاد عن الحق ومجاوزة الحد.

٢٥. آنفاً: قبل وقت قريب.

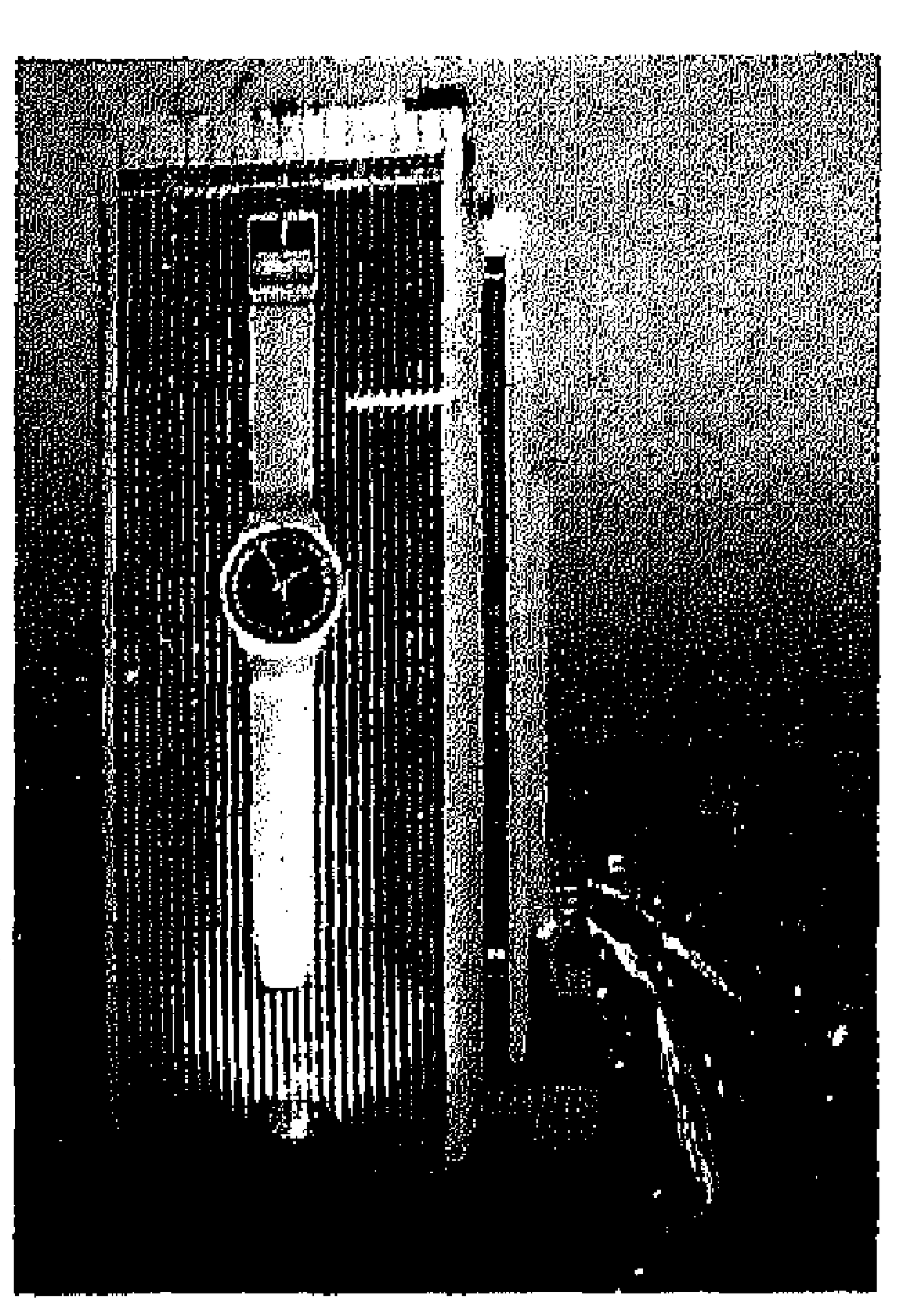
المستوى

٢١ - ٢٥ ممتاز

١٤ - ٢٠: جيد جداً

٩ - ١٣: مقبول

ها قد عادت سويسرا
بعد نكسة قاصمة لتتبوأ مركزها القيادي
في صناعة الساعات



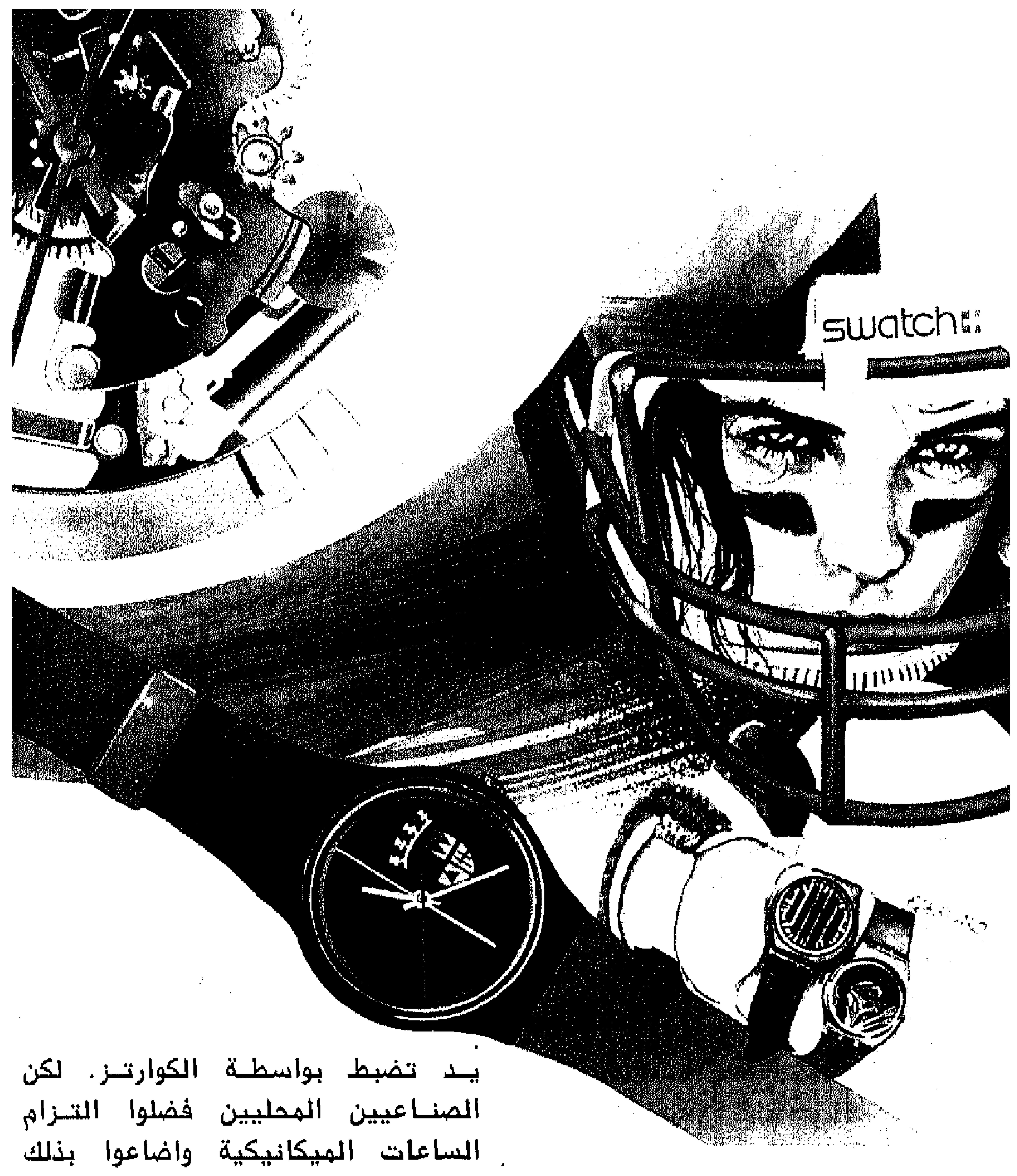
حُمّى السّواتش

في ١ يوليو (تموز) ١٩٨٠ دخل مهندسان شابان مكتب ارنست تومكي مدير شركة "ايتا" للساعات في غرنشن. وكان المهندسان، جاك مولر (٣٣ عاما) وزميله ألمار موك (٢٦ عاما)، يرئسان فريقا اوكل اليه مشروع ثوري خطير.

"مدهش، هذا لا يصدق!" هتف تومكي بعدما انتهى المهندسان من تقديم معلوماتهما. وقال: "اريد ان ارى نماذج اولية عاملة خلال ستة اشهر."

في ذلك الوقت كانت صناعة الساعات في سويسرا تعاني ازمة حادة. فثمة اماكن كثيرة كانت تصنع فيها ساعات عالمية الشهرة وتضج بالحركة والنشاط، اصبحت فارغة. وخيم شبح الفناء على غرنشن وبيين ولاشو ـ دو ـ فون وبلدات اخرى تصنع الساعات.

على مر القرون بقيت صناعة الساعات احدى دعائم الاقتصاد في سويسرا. فالمصنوعات المزخرفة في القرون



الوسطى تطورت الى صناعات مزدهرة، معظمها في جنيف ومنطقة جورا والاراضي الوسطى. فالمهارة والتكريس والجودة والابتكار جعلت من السويسريين قياديي العالم في صناعة الساعات، منذ القرن التاسع عشر الى الستينات في عصرنا.

عام ١٩٦٧ اخترع الصُنّاع السويسريون في المركز الالكتروني للساعات (١) ساعة يـد تضبط بواسطة الكوارتز. لكن الصناعيين المحليين فضلوا التزام الساعات الميكانيكية واضاعوا بذلك فرصة ثمينة لجني الارباح من الاختراع الجديد. وطوّر المنافسون في اليابان وهونغ كونغ وتايوان وكوريا الجنوبية ساعات الكترونية رقمية وأنتجوها على نطاق واسع وبكلفة قليلة. لذلك سيطر الآسيويون على حصة ضخمة من السوق العالمية في السبعينات.

(١) Centre Electronique Horloger

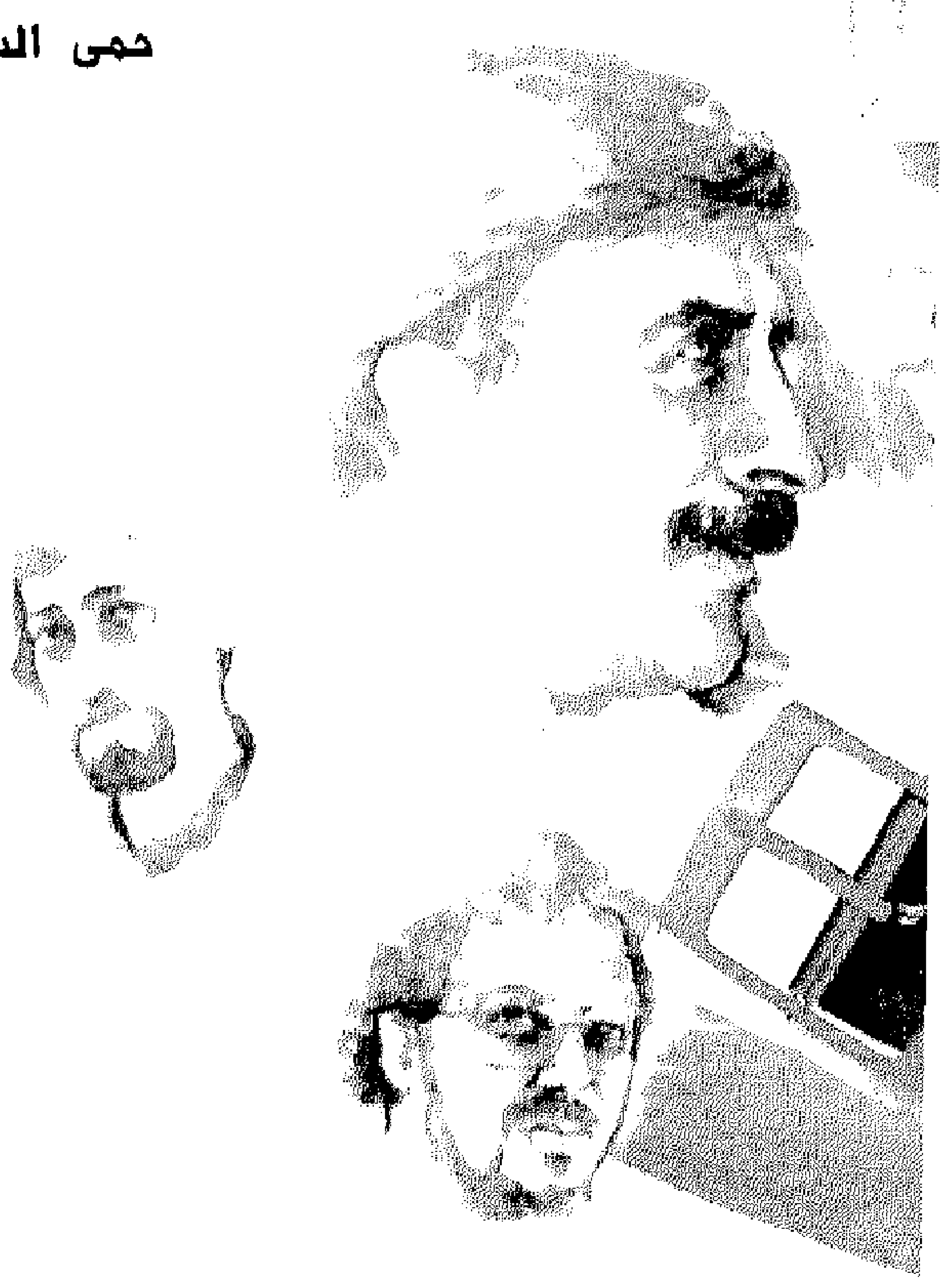
Illustration: Martin Eberhard

حوالى عشرة مليمترات، اعلن اليابانيون عام ١٩٧٩ خفضها الى مليمترين ونصف مليمتر.

لكن اندريه باينر مدير شركة "ايتا" ابتكر طريقة يبز بها اليابانيين. الى ذلك الوقت كانت اجزاء الساعة تركّب على صفيحة منفردة. وبعد ذلك تدخل الصفيحة، بما عليها، الهيكل الخارجي. فاقترح باينر ان يعمد الى دمج الاجزاء مع الميناء والزجاج رأسا في الهيكل مما يعني توفيرا في الحجم وعدد الاجزاء اللازمة. وتولى المدير الجديد ارنست تومكي تشكيل فريق انتج خلال ستة اشهر ساعة "ديليريوم" بلغت سماكتها ١،٩٨ مليمتر. لكن المهندسين واصلوا جهودهم الى ان اعلنت "ايتا" ان نموذجها الذهبي المميز رق الى اقل من مليمتر، وهو رقم قياسي عالمي يبدو من المستحيل تجاوزه.

وهذا النجاح الذي حققه تومكي حفزه على تطبيق مبدأ الـ"ديليريوم" لانتاج ساعة جديدة بلاستيكية على نطاق واسع بعقارب وميناء رقمية تضم اجزاء اقل من الساعة العادية.

كان تومكي (٤٠ عاما) بدأ مهنته كعامل ميكانيكي في شركة "ايتا" ثم تخرج بدرجة دكتوراه في الطب والكيمياء وتسلم لاحقا تسويق منتجات شركة مهمة للادوية في اوروبا. وبصفته مديرا لشركة "ايتا" منذ ١٩٧٨ ادرك ان من الضروري اعادة الثقة بمستقبل صناعة الساعات السويسرية. فرأى ان شركته تحتاج الى ساعة كوارتز عالية الجودة والدقة ويمكن بيعها بأقل من خمسين فرنكا



لم يتضرر صانعو الساعات الميكانيكية الدقيقة الغالية الثمن، لأن زبائنهم يحبون المنتجات المتفوقة ويدفعون اسعارا عالية جدا لاقتنائها. لكن العدد الاكبر من صانعي الساعات السويسريين وجدوا انفسهم في مأزق. فمن اصل ١٦٢٠ شركة منتجة عام ١٩٧٠ بقيت ٨٧٠ في نهاية العقد. وانخفض عدد العمال من ٩٠ الفا الى ٤٧ الفا.

ساعة بخفة الريشة - الصراع للسيطرة على حقل التفوق التكنولوجي في صنع ساعات الكوارتز ذات الميناء التقليدي شهد تنافسا شديدا بين سويسرا واليابان، اذ جهدت كل منهما في ابتكار الساعة المسطحة الاقل سماكة. وفيما بلغت سماكة الساعة التقليدية

سويسريا (٢). ولتحقيق ذلك وجب خفض كلفة صنعها الى اقل من عشرة فرنكات. لذلك كانت الحاجة الى فكرة مبدعة وتغيير جذري في الطرق التقليدية المتبعة.

اسم يدخل التاريخ - بدأ فريق من الاختصاصيين العمل للحال. فتخصص موك بالمواد الصناعية ورأس مختبر البلاستيكيات. فأتقن تقنية السبك الى ان غدت آلاته قادرة على صنع قوالب دقيقة الى درجة واحد في المئة من المليمتر. ويتمتع مولر بموهبة خلاقة مدهشة. وبفضل خبرتـه الفنية في المجهريات خفض عدد الاجزاء من واحد وتسعين في ساعة الكوارتز التقليدية الى واحد وخمسين. وبلغت سماكة الساعة الجديدة ثمانية مليمترات فقط ووزنها عشرين غراما، اي انها "بخفة الريشة." وبعد اقتراح موك ومولر استعمال تقنية فوقسمعية (٣) في لحم الاجزاء، لم تعد هناك حاجة الى برغي واحد في صنع الساعة. ودمج الغطاء الزجاجي مع الهيكل فأصبحت الساعة محصنة ضد الماء. لكن عيبها الوحيد هو تعذر فتحها بعد اكمال صنعها، فلا سبيل الى اصلاحها. اما البطارية ففي وسع الزبائن ابدالها بأنفسهم.

في يوليو (تموز) ١٩٨٠ اعطى تومكي الضوء الاخضر لمباشرة المشروع الجبار، بعدما قدّم موك ومولر معلوماتهمـا المقنعة. وصمم ميناء للساعة الجديدة فجمع الهيكل ورباط المعصم في وحدة قليلة الانحناء تتلاءم مع الميناء المخطط او المرقط والنماذج الانيقة الرائعة ذات اللون الاسود.

ثم قام فريق من الشباب الخبراء في شؤون التسويق والعرض والرياضة بمسعى جديد لترويج "الساعة السويسرية المجنونة"، وعلى رأس الفريق المجند المبتكر فرانتز شبريخر. لم تكن الساعة جوهرة ثمينة وانما قطعة انيقة لضبط الوقت تلبس في جميع المناسبات الترفيهية، حتى في رياضة ركوب الامواج. وقد صممت لمقاومة الصدمات، الا انها تضبط الوقت بدقة الكوارتز.

لكن الساعة بقيت تفتقر الى اسم مميز. فاقترح شبريخر تسميتها "سواتش" (٤) وهو اختصار لتعبير "الساعة السويسرية" (٥) وقدر لهذا الاسم ان يدخل التاريخ.

توحيد الصفوف - بعد التسويق الناجح لـ"سواتش" في الولايات المتحدة بدأ انتاجها على نطاق واسع. وباتت الآلات الاوتوماتيكية في غرنشن وجميع مراكز الانتاج لشركة "ايتا"، وهي محاطة بسرية تامة، تنتج عشرات الالوف من الساعات الجديدة. وكانت الربوطات (٦) تلتقط الهياكل الخارجية من حزام النقل المتحرك وتدمج فيها القطع الالكترونية ودواليب الحركة. واختبرت دقة الساعات المجمعة بواسطة الربوطات والدماغ

(٢) الدولار الامريكي يساوي نحو فرنك ونصف فرنك سويسري.
(٣) ultrasound أو supersonic وهي تتعلق بموجات صوتية عالية التردد الى حد يجعل سماعها متعذرا.
(٤) SWATCH
(٥) Swiss watch
(٦) الربوط (robot) هو ما يعرف بالانسان الآلي.

الالكتروني، وطرح منها ما كان غير صالح.

في اول مارس (آذار) ١٩٨٣ انزلت "سواتش" الى السوق. ومنذ ذلك التاريخ وهي تحقق نجاحا مطردا. وبلغ انتاج الشركة بحلول سبتمبر (ايلول) ١٩٨٥ عشرة ملايين ساعة، صدر معظمها الى الولايات المتحدة وبريطانيا وفرنسا والمانيا. وفي اغسطس (آب) ١٩٨٦ خرجت من آلات التجميع ساعة "سواتش" توجت انتاج عشرين مليونا. وقد بقي قلب الساعة من دون تغيير. ولكن تنزل الى الاسواق، مرتين كل سنة، مبتكرات جديدة مع تعديلات في مجموعة الميناء والهيكل ورباط المعصم.

وفي انحاء العالم يلبس الناس على اختلاف أعمارهم ساعات "سواتش" باعتزاز. وفي لوسيرن بسويسرا باع متجر خلال موسم السياحة صيفا ما معدله ساعة "سواتش" كل دقيقتين. واجتاحت "حمى سواتش" الولايات المتحدة فحمل الناس في نيويورك ساعتين او ثلاثا. ولبس هواة الهرولة قمصانا طبعت عليها صورة ميناء "سواتش"، ووجد المتنزهون وقاية تحت مظلات نايلون تحمل اعلانا عن "سواتش". وارتفعت مبيعات "سواتش" - وزوائدها - في الولايات المتحدة من ٣٠ مليون دولار عام ١٩٨٤ الى ١٣٥ مليونا عام ١٩٨٥.

الهمت "سواتش" صانعي ساعات سويسريين آخرين فصنعوا نماذج جديدة مثيرة ونجحوا في بيعها. وفي العام ١٩٨٣ انتجت شركة "موندين" في زوريخ ساعتها "إم - واتش" لشركة "ميغروس" وباعت منها مليونا في سويسرا وحدها، ويجري تصديرها الى خمسة وثلاثين بلدا.

عام ١٩٨٣ وحدت الشركات الكبرى صفوفها وشكلت مجموعة قائدة من شركات "لونجين" و"رادو" و"تيسو" و"اوميغا" و"ايتا" مع شركات اخرى. ومنذ ١٩٨٥ عرفت المجموعة باسم "الجمعية السويسرية للالكترونيات الدقيقة وصناعة الساعات"(٧).

واصبح ارنست تومكي نائبا للرئيس ومديرا منفذا لقسم الساعات في الجمعية. وبالتعاون مع نيكولاس حايك، وهو مستشار اداري، حصل على دعم المصارف السويسرية الرئيسية بتوظيفات مالية ضخمة لكي تستعيد المجموعة قدرتها على الربح.

ساعة حجر - لكن الابتكار والتجديد لم يتوقفا. وطرأت لارنست تومكي فكرة اخرى اثناء زيارته صديقه النحات بيتر كونز: لماذا لا يصنع ساعة من حجر؟ وشاركه كونز في حماسته. وفي ربيع ١٩٨٥ بدأ العمل فريق من "ايتا" ضم جاك مولر وستيفان موك شقيق إلمار، ولكن لحساب "تيسو" هذه المرة، وهي عضو في الجمعية المذكورة. وللاسف مات بيتر كونز وستيفان موك في حادث تحطم طائرة، لكن إلمار اكمل المشروع وفاء لذكرى اخيه.

بعد اقل من سنة على مباشرة صنعها كانت ساعة "روكواتش"، اي الساعة الحجر، اصبحت جاهزة. وجاء في مجلة "نيوزويك" انها "اجمل ساعة مصنوعة من

(٧) The Swiss Association for Microelectronics and the Watch Industry (SMH)

الحجر منذ ستونهنج (٨). وهي ملائمة للمعصم ايضا."

صنع الهيكل الخارجي من حجر الغرانيت (الصوان) المجلوب من جبال الالب. ولكل ساعة "روكواتش" لون ونسج حجري فريد اقليمي مميز. فالاخضر يأتي من غوتهارت وغريمزل وفوركا، والابيض والزهري من تيسينو، والبني من بيرنيز اوبرلاند. وتزن "روكواتش" اقل من مثيلاتها التقليدية. وقد باعت شركة "تيسو" ما يزيد على مئة الف منها في الاشهر الاحد عشر الاولى بثلاثمئة فرنك سويسري للساعة.

بفضل هذه الاصناف الجديدة ارتفعت قيمة صادرات الصناعة السويسرية للساعات ١٣ في المئة عام ١٩٨٥. وللمرة الاولى تجاوزت حدود الاربعة مليارات فرنك فباتت اعلى من صادرات اليابان. وتوقف صرف العمال وتوافرت الف فرصة جديدة للعمل.

في مايو (ايار) ١٩٨٦ كشفت الجمعية السويسرية للالكترونيات الدقيقة وصناعة الساعات زيادة في الارباح من ٣٦ مليون فرنك عام ١٩٨٤ الى ٦٠ مليونا عام ١٩٨٥. وحين اصبح نيكولاس حايك رئيسا للجمعية في الشهر ذاته، لبس اربع ساعات في معصمه باعتزاز دلالة على ان الصناعة السويسرية احييت وعادت لتتبوأ مركزها كقائدة للعالم في تصدير الساعات.

يقول ارنست تومكي: "لقد اعادت سواتش الثقة بصناعة الساعات السويسرية. وبذلك خدمتنا جميعا."

بربارة فوناربرغ

(٨) ستونهنج موقع في سهل سالزبوري ببريطانيا يضم حلقات من حجار ضخمة تعود الى ما قبل التاريخ، وكثيرا ما حيكت حولها اساطير.



بريد الحديقة

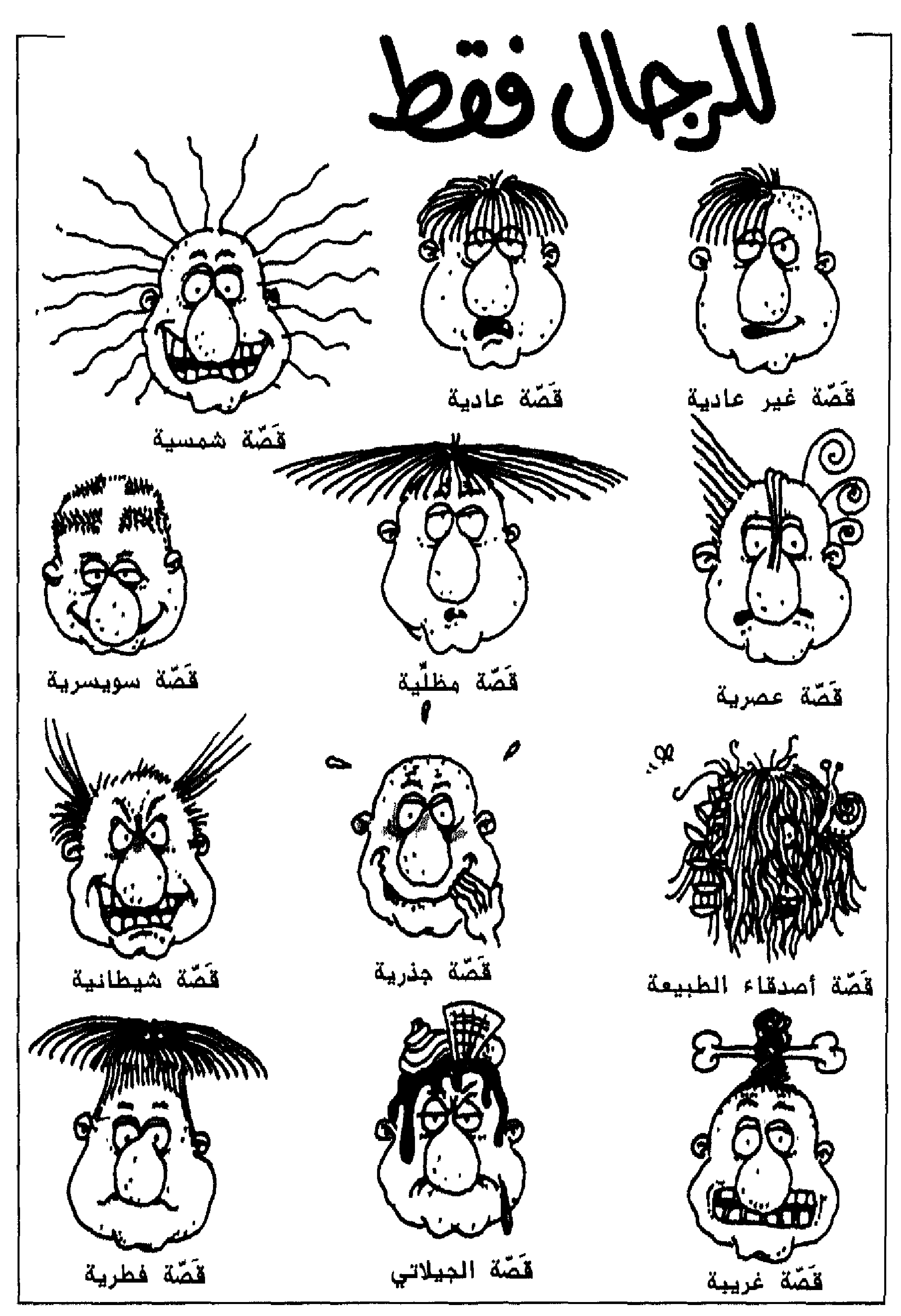
بعدما أنهيت توزيع البريد اليومي شعرت بالعطش. فتوقفت لأشرب من صنبور خارج منزل أحد الزبائن. فتحت الصنبور كي يجري الماء الساخن أولا، ووجّهت الخرطوم الى الازهار القريبة. في تلك اللحظة وصلت صاحبة الدار وشاهدتني وكأني أروي حديقتها. فتطلعت الي متعجبة. لكنني استدركت قائلا: "هذه خدمة أخرى من خدمات صديقكم موزع البريد."

ا.هـ.

شرطي صغير

طلبت معلمة الصف الابتدائي الثاني من تلاميذها أن يكتبوا في موضوع: "ماذا تريد أن تكون عندما تكبر؟" فكتب أحدهم: "أريد أن أكون شرطياً كي أساعد الناس وأقبض على الاشرار." وفور قراءة الموضوع كتبت المعلمة على هامش الصفحة: "فكرة عظيمة. ابدأ بسامي لأنه يود امتهان سرقة المصارف عندما يكبر."

م.ا.



للرجال فقط
قصّة غير عادية
قصّة عادية
قصّة شمسية
قصّة عصرية
قصّة مظلّية
قصّة سويسرية
قصّة أصدقاء الطبيعة
قصّة جذرية
قصّة شيطانية
قصّة غريبة
قصّة الجيلاتي
قصّة فطرية

من وحي الحياة ٧

قصص صغيرة عن اشخاص عاديين مثلنا ومثلكم صنعوا مجد الانسانية

عربة ڤون براون

وُلِد من ابوين ثريين كانا يتوقعان له مستقبلا مرموقاً، وربما لذلك كان الاب ينزعج كثيراً عندما يراه، وهو في الثالثة عشرة من عمره، يهتم للمتفجرات الخطرة. ماذا سيصير عندما يكبر؟ ايصبح مفجر خزائن لسرقة محتوياتها؟

وكانت حجة هذا المراهق ان اسهمه النارية وصواريخه الجوية ستكون مصدراً مدهشاً لطاقة يمكن ان تستعمل.

ذات يوم حصل من صديق له على ستة أسهم نارية، فاخذ يفكر في طريقة استعمالها. ولاحت منه التفاتة نحو ميدان مواجه فرأى عربة صغيرة حمراء، فخطرت له فكرة: اذا كان احد تلك الصواريخ يستطيع الارتفاع نحو السماء ففي امكان عدد منها تحويل هذه العربة الى قذيفة!

وأسرع الى ربط صاروخين بكل واحد من جوانب العربة، ثم راح قلبه يخفق. اشعل الفتيل وتراجع فانفجرت الصواريخ ملتهبة وقذفت العربة الى الشارع.

تاه الصبي عجباً واندفع نحو العربة. فقد احرقت الصواريخ خمس عمارات بعيدة محدثة انفجاراً عظيماً. وخرج الجيران من منازلهم فرأوا صبيا جذلا يرقص حول هيكل محترق للعبة طفل. واذا بشرطي يصل الى المكان.

كل ما كان هذا الصبي المنذهل يستطيع قوله هو: "نجَحَت، نجَحَت." فاعتقله الشرطي واقتاده الى السجن.

حضر ابوه الى دائرة الشرطة ووبّخه بعنف، لكنه لم يكن ليتغلب ابداً على انفعاله. وقد اصبح الصبي من الاختصاصيين القلائل بتكنولوجيا الصواريخ.

في الرابعة والعشرين من عمره صنع لهتلر صواريخ "ق - ٢ س" التي قصِفت

Condensed from «Paul Harvey's *the Rest of the Story*,» by Paul Aurandt, edited and compiled by Lynne Harvey, copyright © 1977 by Paulynne, Inc., published by Doubleday & Co., Inc., New York, N.Y. Woodcuts: David Frampton

بها لندن. وعندما حاصر الحلفاء المانيا واستسلم قسم منهـا للروس وقسم للامريكان عمل هو في الولايات المتحدة الامريكية. ولولاه لما تمكنت امريكا من احراز قصب السبق في الفضاء، ولولاه ربما لما تمكن صاروخ "ساتورن ڤ" من حمل انسان الى القمر.

كل ذلك حدث لان صبياً في احدى ضواحي المانيا فكّر في ان يجعل عربته تطير، وبطريقة ما وصلت الى الكواكب.

هذا الصبي هو فرنر ڤون براون (١٩١٢ - ١٩٧٧).

هاتف بل

مرة القيت محاضرة طبية عن معلم جعله حـدبـه الشـديـد عـلى الصم يصرف كل دقيقة من فراغه على اختبارات بغية ايجاد وسائل تساعد الـصـم عــلى تعلم النــطق. وحمله هذا العمل على دراسة نقل الصوت كهربائياً فادى به ذلك الى اختراع الآلة الثورية التي اصبحت تعرف في ما بعد بالهاتف. ذلك المعلم هو الكسندر غراهام بل (١٨٤٧ - ١٩٢٢).

واذا كان الهام المرأة لكل رجل عظيم حقيقة، فهذه الحقيقة مزدوجة بالنسبة الى الكسندر غراهام بل. ففي حياته امرأتان الهمتاه الانجازات العظيمة هما: امه وزوجه. امه إليزا ساعدته في اثناء طفولته على تعلّم الالقاء، وحيثما كان منشغلا بمشاريعه وهواياته كانت هي هناك لتشجعه.

اما زوجه انتر ميبل هبَرد فالتقاها في بوسطن، وعلى منوال قصتهما نُسجت الروايات الغرامية الخيالية في القرن التاسع عشر.

وواجها معاً الموانع التقليدية التي تسببت في معارضة ابوية لزواجهما كما واجها معا السخـرية الشعبيـة عن عبقريته، لكنهما نجحا اخيراً. ميبل الهمت بل، كما الهمته امه، بحبها واخلاصها وربما بشيء آخر.

عمل الكسندر اولا مع اولئك الذين لا يستطيعون السمع. ولكن، أليس من سخرية القدر ألا يتمكن تلاميذه من الافادة من اختراعه الشهير للهاتف؟ وهل هناك اكثر سخرية من ان نعرف انَّ الامرأتين اللتين الهمتاه لم تستطيعا ان تقدّرا ذلك الاختراع لانهما كانتا ايضاً صمّاوين؟

من اجل النورس

عند المغيب على امتداد شاطىء فلوريدا الشرقي، غالبا ما يُشاهد عجوز يتمشى وفي يده دلو مملوء سمكا. وما هي الا هنيهة، حتى تصبح السماء مجموعة نقاط راقصة تكبر شيئاً فشيئاً. انها اعداد كبيرة من طيور النورس تأتي لملاقاة العجوز الذي يقف على الشاطىء محوطاً بالاجنحة البيض الخفاقة حتى يفرغ دلوه. واحيانا تود هذه الطيور ان تبقى في المكان، وربما شاء احدها ان يجثم مستريحاً على قبعة العجوز، حتى اذا مر يوم وتخلفت الطيور عن الحضور بقي شيء منها في تفكيره.

أخيراً، مضت ايام الرجل العجوز ولكن



طيور النورس ظلت تؤم المكان لا حباً بالطعام ولكن تكريما لسر ذلك الغريب الدمث الاخلاق.

كل من يتذكر تشرين الاول من العام ١٩٤٢ (خلال الحرب العالمية الثانية) يتذكر اليوم الذي اذيع فيه نبأ ضياع النقيب ادوارد ريكنبيكر في البحر. هذا النقيب الذي عاش من ١٨٩٠ الى ١٩٧٣، كان كلف تسليم رسالة مهمة جداً للجنرال دوغلاس ماك آرثر(*) في مركز قيادته بغينيا الجديدة. ولكن في مكان ما فوق جنوب المحيط الهادىء اضطر ريكنبيكر وصحبه الى الهبوط بطائرتهم قسريا في المحيط.

بقي النقيب ريكنبيكر ورفاقه منجرفين بالتيار المائي على طوافاتهم مدة شهر تقريبا يصارعون الامواج العاتية والطقس الرديء والشمس المحرقة، كما كانوا يقاومون كلاب البحر.

الجوع كان الد اعدائهم، وبقاؤهم احياء احتاج الى اعجوبة. والاعجوبة حصلت.

وهنا ما جاء على لسان النقيب ريكنبيكر:

"بعد ظهر ذلك النهار الشديد الحر انهينا ترنيمة التسبيح وخدمة الصلاة من اجل النجاة. واذ غمرت رأسي بقبعتي اتقاء للحرارة غفوت. ما هي الا لحظات حتى شعرت بشيء يحط على رأسي فعلمت انه نورس، وتطلعت من تحت حافة القبعة من دون ان آتي بأي حركة فرأيت كل واحد من رفاقي يحدق الى ذلك النورس. وهذا معناه طعام اذا تمكنت من التقاطه."

التقط ريكنبيكر النورس، وكان لحمه طعاما واحشاؤه طعما للسمك. هذا الامر ساعده ورفاقه على البقاء احياء. ذلك النورس الوحيد الذي جاء من مئات الكيلومترات ليقدم نفسه ضحية، جدد فيهم الامل.

عرفتم ما فعل النقيب ريكنبيكر.

والآن تعرفون انه لم ينس تضحية النورس. ففي الكثير من الامسيات، عند غروب الشمس، وعلى امتداد شاطىء فلوريدا، يمشي عجوز محني الظهر بدلو مملوء طعاما لطيور النورس.

بول اورانت

(*) ماك آرثر (١٨٨٠ - ١٩٦٤) كان اثناء الحرب العالمية الثانية قائداً لقوات الحلفاء في جنوب غرب المحيط الهادىء.

مطعم محترم

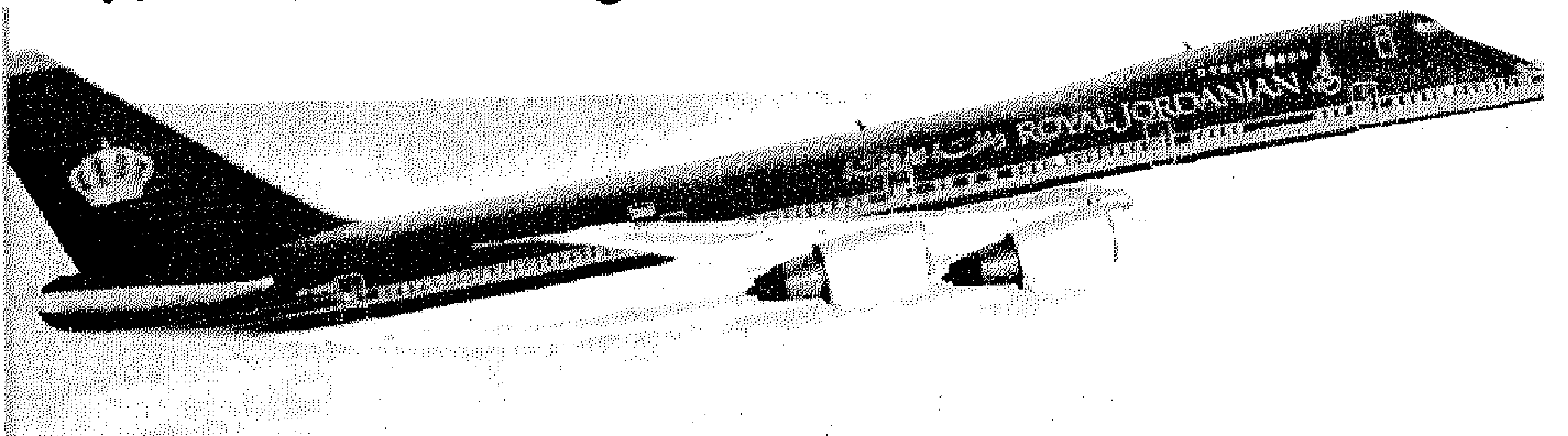
قال النادل لزبون في المطعم: "ها قد خسّرتني عشرة دولارات."

– وكيف ذلك؟

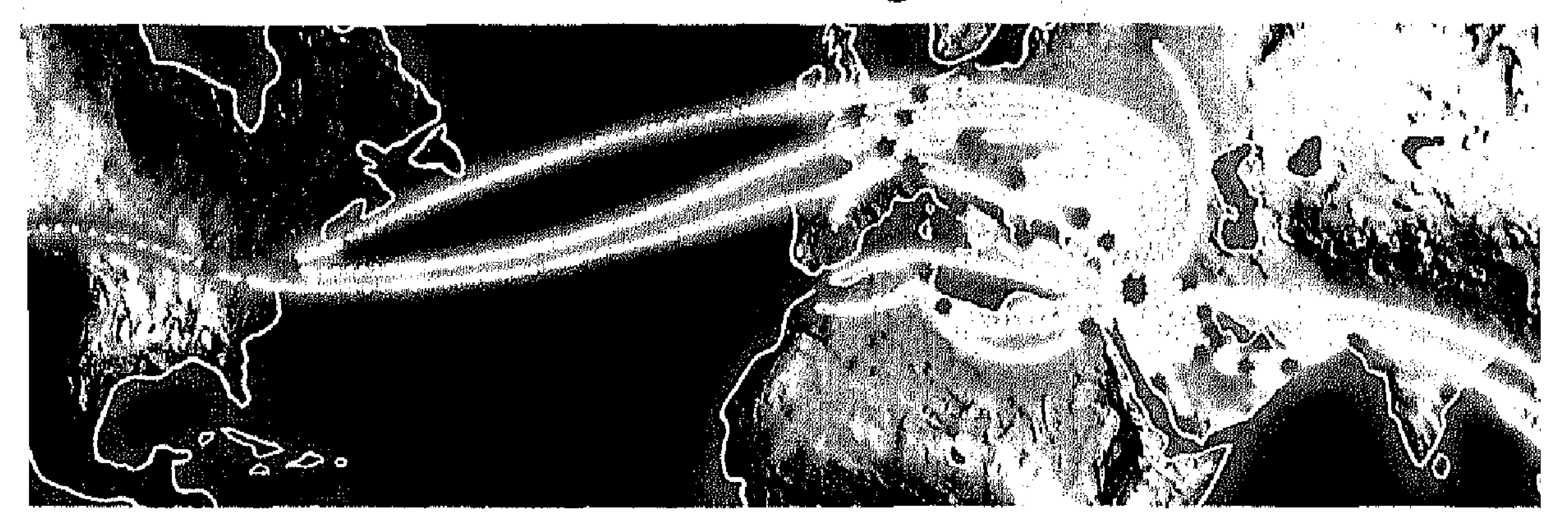
"راهنت الطاهي بأنك لن تعود أبداً بعد ما قدمناه اليك الخميس الماضي."

م.ب.ع.

تقدّم متواصل نحو آفاق جديدة



حول العالم



ROYAL JORDANIAN

الملكية الأردنية

تحلّق الملكيّة الأردنيّة عاليًا إذ تنقلك حيثما شئت ضمن شبكتها العالميّة المنتشرة في ٤١ مدينة على مدى أربع قارات.

فمن الشرق الأوسط إلى أوروبا والولايات المتحدة والشرق الأقصى، تحلّق طائراتنا في جوّ من الراحة وتوفّر لك مستوى عالٍ من الخدمة والرعاية.

سافر على طائراتنا الحديثة من طراز بوينغ ٧٤٧ وترايستار إلى أيّ مكان من سنغافورة إلى لوس أنجلوس، تجد الراحة التي تنشدها في مقاعد النوم الوثيرة، وتتمتّع بما يقدّمه إليك مطبخنا العالمي الفاخر. انها الرعاية الخاصّة النابعة من تقاليدنا العريقة في الضيافة.

وتحقيقًا لالتزامنا بالنوعيّة الممتازة والتجدّد المستمر، أضفنا إلى أسطولنا أحدث الطائرات من طراز آرباص.

سافر إلى كافة أرجاء العالم مع الملكيّة الأردنيّة. وثق من أنك ستجد الترحيب الحار أينما توجّهت.

تجدّد لا يتوقّف



عمّان • أبوظبي • أمستردام • العقبة • أثينا • بغداد • البحرين • بانكوك • بيروت • بلغراد • بروكسل • بوخارست • القاهرة • الدار البيضاء
شيكاغو • كوبنهاغن • دمشق • الظهران • الدوحة • دبي • فرانكفورت • جنيف • اسطنبول • جدة • كراتشي • كوالالمبور • الكويت • لارنكا • لندن
لوس أنجلوس • مدريد • موسكو • مسقط • نيويورك • باريس • الرياض • روما • صنعاء • سنغافورة • طرابلس الغرب • تونس • فيينا


كتاب الشهر



الأعصار القاتل

قبل عامين تفجرت فجأة على شاشات الرادار في مصلحة الارصاد الجوية في الغرب الاوسط الأمريكي صور عواصف رعدية عنيفة. تلك كانت "خلايا عملاقة" تتلظى داخل بطونها السوداء المشبعة بالرطوبة أعاصير قاتلة. أخذت العواصف تضرب المدن بضراوة مدمرة. تلاشى ما ينيف على ١٣٠٠ منزل واستحالت المباني الحكومية الباقية معارض للجثث ومراكز لضحايا الكوارث. وبفضل الشجاعة والتفاني اللذين أبداهما أهل مروءة هرعوا ليشاركوا في المصاب ويقوموا بالواجب، انبثقت روح الأمل من بين الركام

قرابة السابعة والنصف من صباح الجمعة ٣١ مايو (أيار) ١٩٨٥، جلس محلل الارصاد الجوية ستيف ويس إلى مكتبه تحوطه أطراف وامضة للدماغ الالكتروني وشاشات رادار في شكل حدوة حصان. ومكتبه في المركز الوطني الأمريكي لرصد العواصف الشديدة في مدينة كنساس بولاية ميسوري. وقد أبلغه لاري ولسون المحلل المناوب لفترة منتصف الليل، اذ كان على وشك الانصراف، أن ثمة خطراً لا يستهان به ينبىء بهبوب عواصف رعدية عنيفة. وبدا أن منطقتي شرق اوهايو وغرب بنسلفانيا هما الهدفان الرئيسان.

كان الطقس غريب الاطوار خلال الاسبوع الأخير من مايو (أيار). فقد ضربت العواصف الثلجية كولورادو ومونتانا وويومينغ وحركت رياحاً بسرعة ١١٣ كيلومتراً في الساعة في نبراسكا. ولفحت تكساس وأوكلاهوما وكنساس حرارة قياسية بلغت ٣٨ درجة مئوية، فيما تمددت العواصف الرعدية من ميسوري الى وادي اوهايو.

حبات برد بلغ قطرها ثمانية سنتيمترات انهالت على مصنع لتجميع محركات سيارات "فورد" خارج مدينة كنساس، محطمة النوافذ ومحدثة ثقوباً وانبعاجات في أكثر من ألفي سيارة جديدة.

وسارع ويس الى تحليل بعض الرسوم البيانية والنماذج المطبوعة الماثلة أمامه. الرجل الوسيم اليقظ يعبث بشاربيه ويرسم المنحنيات برشاقة موضحاً التخوم الأمامية ومشكلا شبه

خريطة جوية مسحية. الصورة التي برزت للعيان أنذرت بسوء: كتلة هوائية قارسة تتشكل فوق القطب المتجمد الشمالي مندفعة جنوباً في سبيل تصادمي مع كتل كبيرة من الرطوبة والهواء الشديد الحرارة المتجه شمالا من خليج المكسيك. خشبة المسرح على ما يبدو معدة لنشوب معركة بين كتل الهواء، ولكن لا معلومات بعد عن تكون احدى سلاسل الأعاصير الأكثر تدميراً في تاريخ الولايات المتحدة.

على مسافة ١١٠٠ كيلومتر شرق مركز الارصاد، في الناحية الشمالية الغربية من بنسلفانيا غير بعيد من إري، تقع بلدة آلبيون الصغيرة الوادعة. هناك، وقت كان ستيف ويس يستهل حساباته في مدينة كنساس، كانت ليندا كواي تنشط في مواكبة أطفالها الثلاثة بيلي (١٠ سنين) ومايكل (٥ سنوات) وبوني سو (سنتان) لتناول طعام الفطور. كانت بداية عادية ليوم عادي: بوني سو تصيح من كرسيها العالي وبيلي ومايكل يلتهمان الحليب والكعك أمام جهاز التلفزة. منزلهم في جادة المتنزه الجنوبي بسيط وأنيق ومتين، وهو واحد من اثني عشر منزلا خشبي الهيكل مبنية في صف منتظم.

الحادث الأبرز في آلبيون ذلك اليوم مباراة في الكرة. وهي نوع من المسابقات المعدة لاطفال الروضة كمايكل. وحدد موعدها في المساء الباكر. غير أن الجو ماطر، وما لم تصف السماء فان احتمال اجرائها ضعيف.

طوال الصباح كان الطقس في آلبيون متقلباً. أخبرت احدى الجارات ليندا أن الطقس يجعلها ترتقب سوءاً. لكن الشمس كانت تذرّ قرنها ثم تتوارى، فصرفت ليندا اهتمامها الى أعمال المنزل.

على بعد بضع وحدات سكنية في شارع إيست بيرل كانت ساندرا ستالسميث تؤدي العمل الرتيب ذاته. انها حامل في شهرها الرابع، ولديها خمسة أولاد صغار ذوي نشاط: البنات بري (٩ سنوات) وبروك (٨ سنوات) وبرايس (سنة واحدة) والصبيّان لوك (٦ سنوات) وزاكاري (٣ سنوات). كان لوك متأخراً عن المدرسة فحضته ساندرا على الاسراع.

الأمور هادئة في الريف المجاور المليء بالهضاب المشجرة المتدحرجة والمتاخم للجنوب عبر مراع خضراء خصبة تنتشر في مزارع الآميش القريبة. والآميش جماعة شديدة البأس تخاف الله وتعمل في حراثة الأرض وتأنف تطفل العالم المادي المعاصر. في ذلك اليوم ركب بعض أفرادها عرباتهم التي تجرها الخيول في سبيلهم الى تجمع للنسوة العاملات في صنع اللحف، متحدين السيارات في "الطريق ١٨" في بنسلفانيا.

في شارع ماركت بالقرب من وسط البلدة يجلس المحرر بوب ماكليموندز الى آلته الكاتبة العتيقة في مبنى صحيفة "الأخبار" بآلبيون، ويستعد لتسجيل أحداث الاسبوع وفق تسلسلها الزمني: مأدبة صغيرة من الدجاج والبسكويت في مركز التجمع، مزاد في سوق مفتوحة في نادي السروج. بوب المرهف الذكي يستمتع بدوره كمحرر في بلدة تثير ذكريات زمان أكثر بساطة.

علماء الأرصاد في المركز الوطني لرصد العواصف الشديدة معروفون بلقب "بوّابي الجحيم." فهم يقتفون الرياح الهوجاء والعـواصف الرعـدية. ولكن من بين العواصف الضارية التي يراقبونها تعد الأعاصير أكثرها تدميراً وعصياناً على الرصد. فهي المنقولة في أرحام عواصف رعدية بالغة الكثافة تدعى "الخلايا العملاقة"(١) تزعق منحدرة من سحب ركامية شاهقة وترسل بالتناوب رياحاً لا يمكن قياسها، ماصة أي شيء من عين أوزة الى عربات قطار.

قناصة الموت

طوال سنين كان ستيف ويس وفريد أوستبي، الـرئيس المناسب لمـرصد العواصف في مدينة كنساس، يراقبان الأعاصير المهلكة التي لا يمكن توقعها. وكلاهما في العادة يفضل معالجة الاعصار المداري(٢) على الاعصار الدوّامي(٣). فالاول يتحرك ببطء نسبياً ويمكن اقتفاء اثره بسهولة، وثمة متسع من الوقت ليطلق المحللون انذاراتهم. أما الأعاصير الـدوامة فتتـوارى كالقنـاصة داخـل العواصف الرعدية العنيفة وتثب بسرعة من مكامنها. وعموماً، لا يمكن المرء ان يعرف سوء مظان مخابئها. وكثيراً ما تتبدد قبل ان تضرب.

لم يشأ أوستبي وزملاؤه أن يطلقوا انذارات خاطئة. فتقرير اذاعة رصد اعصار هو مبعث ألم نفسي لديهم.

عند "زقاق الأعاصير"(٤) في السهول الواسعة بالغرب الاوسط الأمريكي يتنبه الناس الى التحذيرات عن العواصف. أما الى الشرق حيث تندر الأعاصير فتسود اللامبالاة. كما أن الانذارات الخاطئة تجعل الجمهور غير آبه للخطر. والسؤال هو: متى يطلق الانذار؟

تقع على مركز الارصاد بمدينة كنساس مسؤولية "رصد" العـواصف الرعـدية الشديدة والأعاصير في أي مكان من الولايات المتحدة. وتعمد المحطـات المحليـة للرصـد الجوي الى اطـلاق "تحذيرات." وكثيـراً ما يخلط بين الكلمتين فتنجم أخطاء تسبب كوارث.

رصد الاعصار يعني ببساطة أن الظروف غدت مؤاتية لهبوبه من منطقة ما من دون التوصل الى تعيين الموقع المحدد. أما الانذار بالاعصار فيطلق في ظروف اكثر الحاحاً: حين يشاهد مراقب مسؤول زوبعة فعلا على الأرض - "أرض الحقيقة" كما تسمى - أو حينما يراقب "صدى سنارة" على شاشة محطة الرصد الجوي. وصدى السنارة شكل كسنارة صيد السمك المعقوفة يسببه اندفاع يدور بسرعة على احد محورين. وهو ظاهرة لا تبرز دوماً على الرادار، غير ان العين البشرية ما زالت هي المكشاف الموثوق به.

يسابق ستيف ويس الزمن منهمكاً في عمله خلف أطراف الدماغ الالكتروني. التقرير الرسمي عن استشراف الطقس الملبد سيرسل برقياً في العاشرة من ذلك الصباح، اذ تترقبه مئات محطـات الأرصاد. فما الذي سيرد في التقرير؟

العواصف الرعدية الشديدة يتوقعها

(١) Supercells
(٢) Hurricane
(٣) Tornado
(٤) Tornado Alley



ويس. فاذا ما تقدمت جبهة البرد تحت الهواء الرطب المتقلب الدافىء الآتي من الخليج، فقد تتسبب في تكوّن سحب ركامية شاهقة يبلغ ارتفاعها ٢١ ألف متر وقطرها ١٦ كيلومتراً. وكل خلية من العواصف قد تكون حاضنة لنوع من الاعاصير.

عزم ويس وأوستبي على المضي في رصد العاصفة الرعدية. في العاشرة والدقيقة الرابعة عشرة صدر التقرير اليومي وفيه احتمال هبوب اعصار.

طوال اليوم راحت محطات الرصد الجوي في كليفلاند وبوفالو وألباني وفيلادلفيا وبتسبرغ تبحث في الحال بدقة مع ويس واوستبي. المحللون في هذه المحطات شاطروا ويس قلقه وحيرته. فثمة نقص غريب في النشاط الجوي فوق أوهايو الشرقية وبنسلفانيا الغربية، حيث يتوقع تصادم الكتل الهوائية وبروز علامات اضطراب. لكن هذه لم تظهر.

وفيما النهار ينقضي غدا الطقس اكثر ارباكاً. فحيثما كان من المنتظر ان تتشكل الغيوم الركامية، ظهرت شاشة الرادار صافية جلية.

رأى ستيف ويس الاشارات الاولى المنذرة بالخطر في الساعة ٣،٥٢ بعد الظهر. أمر لا يصدق. سحب ركامية هائلة تتفجر على شاشات الرادار كخلايا سرطانية خبيثة. وما لبثت الخلايا الضخمة أن أصبحت عناقيد كبيرة كوّنت خط زوابع بلغ طوله حوالى ١٦٠ كيلومتراً على الحدود بين اوهايو وبنسلفانيا.

رسم ويس اطاراً محكماً حول المدن داخل الطوق المرتقب أن يضربه الاعصار. وكانت ثمة مدن تؤلف خطاً شمالياً – جنوبياً على امتداد الحدود وهي آلبيون وأتلانتيك وويتلاند وبيفرفالز في بنسلفانيا، ونيوتون فالز ونايلز في اوهايو. وعلى نحو مشؤوم بدت المدن مصفوفة كقوارير "بولنغ"(٥).

واذ التفت ويس الى الرادار صعق لما رأى سرعة بروز الخلايا العملاقة على الشاشة. كل ما شاهده أقنعه بأن الظروف غدت ملائمة لهبوب اعاصير وعواصف رعدية. في الساعة ٤،١٥ تحوّل الى لوحة المفاتيح طابعاً عليها: "المناوبة ٤١١ لرصد الاعصار. بلاغ: الاذاعة الفورية مطلوبة... أعاصير... حبات برد كبيرة... احتمال التماع برق خطير... ليحذر الأشخاص في المناطق المهددة..."

---

(٥) البولنغ لعبة تصف فيها اشكال خشبية في شكل قوارير صغيرة وتدحرج اليها كرة كبيرة.

Map: George Buctel

وفقاً لسجلات المصلحة الوطنية الامريكية للارصاد الجوية فان الاعاصير الدوامة أدت منذ العام ١٩٤٠ الى مقتل عدد من الامريكيين يزيد على ضعفي عدد ضحايا الاعاصير المدارية.

كما أن الأعاصير الدوامة حالما تبرز من مخبأها تمكث على الأرض فترة تراوح بين بضع ثوان وما يزيد على ثلاث ساعات. وتقدر سرعة الريح داخل قمع الاعصار بحوالى ٥٠٠ كيلومتر في الساعة، على رغم عدم توافر أداة لقياسها.

وتراوح رقعة الدمار الذي يخلفه الاعصار بين أقل من متر مربع ومجاز مميت يربو على ثلاثة كيلومترات عرضاً و٣٢٠ كيلومتراً طويلا. والأعاصير الاكثر شؤماً تأتي في "عائلات" ويتبع أحدها الآخر فتطرق سبلا شتى عبر المدن والأرياف.

الهجمات الناطقة

ما من منطقة في العالم تشهد وفرة أعاصير كالولايات المتحدة، اذ يضربها في المتوسط ٨٠٠ إعصار سنوياً، ومتوسط عدد ضحاياها ١٢٠ سنوياً. "زقاق الأعاصير" يتلقى هجمات بين الفينة والفينة. غير ان الزوابع الاكثر فتكاً والتي تخلف اكبر عدد من القتلى انما تهب على المناطق المكتظة بالسكان في الشرق والجنوب الشرقي.

واذ يعصف قمع الاعصار الابيض الضيق مدوماً، سرعان ما يستحيل اسود قذراً ويتسع منتفخاً بالأنقاض التي تمتصها قناته. وتدوِّم حول القمع من الخارج مواد أخرى تبدو عن بعد كنسور تحوم حول جثة. ولدى التدقيق عن كثب تنقلب "النسور" سقوفاً وعوارض خشبية وألواحاً وحيوانات وشاحنات سودها الطين والقذارة.

وصفت أقماع الأعاصير بـ"الافاعي المتلوية" و"خراطيم الفيلة الغضبى" التي "تشفط" الاشياء الى أعلى كمكانس كهربائية عملاقة. ويوصف صوتها بأنه "لا يوصف،" الى تعبير "هدير ألف قطار سريع" الذي يستعمل أحياناً.

العواصف الرعدية الضخمة التي تسبب هذا الخراب تعلو في الجو الى ارتفاع ٢٠ كيلومتراً. ولا تكتفي بتوليد الأعاصير، بل تندفع بعصف صاخب وتغطي الأرض بالبرد القاسي في حجم كرات القاعدة (بيسبول) أو الليمون الهندي (غريبفروت).

التيارات الهوائية القوية المتوارية داخل الخلايا العملاقة مميتة، وهي ترتفع بسرعات اقصاها ١٦٠٠ كيلومتر في الساعة.

الرياح العاتية عالياً تأتي بالهواء الجاف. واذ يبرد الهواء بفعل التبخر ويدوِّم حول التيار الصاعد، فانه يبدأ الهبوط في شكل تيارات هوائية نازلة. وينتج من ذلك دوران في اتجاه معاكس لحركة عقارب الساعة، وتنطلق حركة دائرية الى ارتفاع ٧٦٠٠ متر فوق الارض. ويدور القمع أسرع فأسرع ويشرع في الهبوط. وقد تمضي ساعة قبل أن يبلغ الأرض. وهو قد لا يبلغها مطلقاً.

ثمة بعض إلماعات لتحديد شدة الاعصار سابقاً. وفي الواقع يمكن قياس قوته بعد أن يبلغ ذروته.

تيودور فوجيتا أستاذ علم الأرصاد في جامعة شيكاغو بولاية إيلينوي يشبه الأعاصير بالمجرمين: "لا تستطيع الأعاصير الفرار من دون ان تترك بصماتها."

تعقب فوجيتا ما يربو على ٢٥٠ اعصاراً وعاين اكثر من ٦٤٠٠ كيلومتر من الآثار البشعة التي خلفتها الاعاصير. وهو ابتكر "مقياس فوجيتا" للأعاصير الذي يتدرج من "ف - صفر" الى "ف - ٥".

الأعاصير من درجتي "ف - صفر" و"ف - ١" تسبب أضراراً خفيفة ومتوسطة. انها تنسف النوافذ فتنتزعها من أطرها. فيما ينجم عن الأعاصير من درجتي "ف - ٢" و"ف - ٣" دمار كبير. فهي تمزق السقوف وتدك الجدران.

تقدر سرعة الرياح داخل الأقماع بين ١٨٢ و٣٣٢ كيلومتراً في الساعة. وتخلف الأعاصير من درجة "ف - ٤" دماراً رهيباً اذ تسوق رياحاً بسرعة تراوح بين ٣٣٣ و٤١٨ كيلومتراً في الساعة. والاعصار من درجة "ف - ٥" يحدث خراباً لا يصدق، ويُقِلّ رياحاً يقدر البعض سرعتها بـ٤٨٠ كيلومتراً في الساعة.

في هذه المرحلة تقذف العارضات الفولاذية كقشّات مص المرطبات وتنهار جدران المنازل كالكرتون وتنسحق الشاحنات فتغدو مثل الاكورديون. ومع ذلك فقد تبقى المباني أو الشاحنات البعيدة حوالى متر عن طرف القمع سليمة. البيوت على أحد جانبي الشارع قد تسوّى بالأرض، فيما لا تصاب تلك الواقعة على الجانب الآخر بأذى. قد تجرّد دجاجات من ريشها وتبقى من دون أذى.

وثمة خط رفيع بين الدمار الشامل الذي يحدثه الاعصار والأمان الكلي خارج مساره.

الحقيقة على الارض

ما ان اذاع ستيف ويس "بلاغ المناوبة ٢١١" حتى أفلت الزمام من المحطة الجوية بمدينة كنساس منتقلا الى محطات الأرصاد المحلية الرئيسية: اري وكليفلاند ويونغستاون وبتسبرغ. كل منها تتعامل مع الأخريات، وعليها جميعاً الابلاغ عن رصد الاعصار واطلاق انذارات بالعاصفة.

اندفعت اشارات الانذار عبر اذاعة الادارة الوطنية للجو والمحيطات. وبعد لحظات أذيعت أيضاً عبر نشرات الاخبار التلفزيونية واذاعات الهواة وأجهزة الاطفاء والشرطة وجهاز اذاعة الطوارىء في كل منطقة. وغدا السؤال الكبير: أيتنبه الناس الى الأمر أم يرتكبون هفوة الظن أن أي مكروه يحصل فلن يصيبهم هم؟

كان ريتشارد بومبوي القاطن في ضواحي بلدة آلبيون أحد المواطنين القلة الذين حملوا تقرير الاحوال الجوية على محمل الجد. وهو رجل مقعد استعاض عن نشاطه البدني بتطوعه للعمل في شبكة المصلحة الوطنية للارصاد الجوية. وعبر مذياع الهواة الذي يملكه كان يصغي الى الأخبار التي تبثها محطات الارصاد في اري وكليفلاند.

بعيد الرابعة تلقى بومبوي اشارة من كليفلاند بأن ثمة عواصف رعدية عنيفة تتحرك شرقا صوب بنسلفانيا. وكان

بومبوي أثبت على برجه الاذاعي آلة تصوير فيديو تغطي دائرة من ٣٦٠ درجة. وهو رأى كتلة الركام(٦) المكفهرة وهي تدنو. وأمكنه كمستطلع متمرس أن يتبين سوراً هائلا من الغيوم متدلياً على مستوى منخفض عند أسفل الخلية العملاقة، وهو نذير بالاعاصير. انتظر بومبوي متلهفاً فيما خلايا الرعد المشؤوم تدنو أقرب فأقرب.

في محطة إري كان ديف بيل يعمل في غرفة الرادار. فجأة شاهد على الشاشة أثراً واضحاً لـ"سنارة." كان بيناً. وفي اللحظة ذاتها ورد نداء اذاعي من بومبوي. الوقت يناهز الخامسة عصراً.

أعلن بومبوي: "لقد عاينت للحال اعصاراً لحظة ملامسته الأرض. إنه يتجه مباشرة الى آلبيون."

جاءه الجواب: "سنطلق على الفور انذاراً عن الاعصار."

في آلبيون داخل دائرة الاطفاء فوجىء المتطوع روجر سيلي بقعقعة مباغتة لحبات برد. وفي الشارع كان صبية يلعبون ضاحكين. ثم، ولأمر ما، رمى سيلي بصره الى السماء.

رأى في البعيد كتلة ضخمة رمادية اللون غير محددة المعالم وهي تتلولب شفافة كسائل البلاستيك الصافي. بدا كأن سرباً من الطيور يحوم مرتبكاً في جنون.

لكن سيلي حين أنعم النظر أدرك أن ما رآه ليس سوى كتل من الحطام تحوي سطوح منازل. ولاحت الكتلة المدومة بمجملها وكأنها تتجه نحوه مباشرة. فصرخ في الاطفائيين الآخرين فزجروا الصبية وأبعدوهم عن الشارع وأدخلوهم مبنى دائرة الاطفاء. ثم اطلقوا صفارة الانذار.

عادت ديبي شيرمان الى بيتها من عملها في مصنع لاجهزة التدفئة في ادنبورو المجاورة. أحضرت البريد ثم ركبت سيارتها الى المدينة من غير أن تعي أنها متوجهة نحو الاعصار.

أحد الجيران رآها وهو يعدو ليدخل شاحنته الصغيرة حظيرة الماشية، فحسب أنها في سبيل الاصطدام بالاعصار الهائل. وشرع يومىء اليها كي يحرفها عن الطريق، لكن الاعصار كان يتحرك على نحو غريب الاطوار ولم يبد أنها تسرع. لذا قر رأيه على أنها تعي ما تفعل. وكان على خطأ.

في أسفل الطريق شاهد قمع الاعصار يمتص السيارة الى علو ٦٠ متراً، فتسقط مهشمة في أحد الحقول وتقضي ديبي شيرمان على الفور.

في غرفة الجلوس بمنزلها في جادة المتنزه الجنوبي في آلبيون اطمأن بال ليندا كواي إذ علمت أن مباراة الكرة ألغيت. وكان زوجها تشارلي، الرئيس المساعد لدائرة الاطفاء التطوعي بآلبيون، اتخذ قراراً بذلك. وفيما ليندا تضفي اللمسات الاخيرة على مائدة الغداء، التقط مذياع تشارلي انذاراً مباغتاً: "ليذهب كل الاطفائيين الى مخفرهم حالا." وغادر تشارلي مقعده مسرعاً فيما اجلست ليندا ابنتها

(٦) كتلة الركام (cumulonimbus) سحب مكفهرة ترتفع قممها في شكل جبال أو أبراج وتطلق وابلا من مطر أو ثلج.

بوني سو في كرسيها العالي ونادت طفليها الآخرين الى المائدة.

في الوقت نفسه تقريباً بدأ كلب العائلة يئن وينكمش مرتعداً. ودوى قصف رعد هائل وانطفأت الانوار. لم يكن ذلك مستغرباً خلال هبوب العواصف، وكانت ليندا جهزت المصابيح الجدارية فشرعت تضيء شموعها.

ومن مكان قريب نظرت ساندرا ستالسميث من نافذتها فأبصرت ابنيها لوك وزاكاري وابنتها بروك يلعبون في عاصفة البرد المفاجئة. عندئذ تردد صدى صفارة الاطفاء، فنادت ساندرا الاولاد. وفيما لوك يدلف الى الداخل أخبر أمه ان احد الجيران سمع أن ثمة اعصاراً. لذا صاحت وهي في الطبقة العليا منادية ابنتها بري، وأمرت الجميع بالنزول الى الاسفل وانتزعت صغيرتها الرضيعة برايس من كرسيها النقال.

السبات الأخير

في مكتب الاحوال الجوية في اري ظهرت على شاشة الرادار آثار "سنارتين" أخريين، احداهما قرب الغابات والمخيمات في متنزه بيماتوننغ على بعد ١٩ كيلومتراً جنوب آلبيون. وحدد موضع الاخرى بالقرب من جايمستاون وأتلانتيك، متوغلا مسافة ١٩ كيلومتراً اضافية الى الجنوب. وبدا محتوماً أن "عائلة" من الأعاصير الفتاكة على وشك تخريب الزاوية الشمالية الغربية من الولاية.

في آلبيون سمعت ليندا كواي الهدير يتعالى. صاحت في الاولاد ليهبطوا الى الطبقة السفلى ثم اتجهت لاطفاء الشموع ابتغاء للسلامة. في تلك اللحظة تكسرت جميع النوافذ في الاسفل وتطايرت شظايا الزجاج عبر الغرفة. ولاحظت ليندا بطرف عينها حركة خفيفة وأدركت مرعوبة أن بوني سو ما زالت في كرسيها العالي.

وفيما كسر الزجاج تتناثر في الغرفة جثت ليندا على ركبتيها ودبّت عبر بلاط غرفة الطعام صوب الكرسي العالي. واذ بلغته قلبته وانتزعت منه الطفلة ثم زحفت عائدة الى المطبخ وهي تحمي صغيرتها بذراعيها.

صعقت ليندا حين وجدت الاولاد ينتحبون عند باب القبو. لقد بلغت شدة الامتصاص حداً انها اوصدت الباب فلم يستطيعوا فتحه. فعمدت وهي لا تزال تحمل بوني سو، الى سحب الباب بكل قواها حتى انفتح. ثم انسلت والاولاد الثلاثة هابطين السلم الى القبو.

انخرط الاطفال في البكاء سائلين: "أماه، أماه، ما هذا؟"

رحل الهدير الفظيع ولم يبق سوى الصمت. وألفت ليندا نفسها تخاف الخروج من القبو وتخشى ما قد تقع عليه عيناها حين تخرج.

أخيراً استجمعت شجاعتها وقادت الاولاد فارتقى الجميع سلم القبو. كان البلاط بساطاً من الزجاج المكسور. الأشجار مهشمة في كل الجوانب المحيطة بالمنزل، غير أن الاعصار رأف به فأبقاه في مكانه. ومن بين اثني عشر منزلا الى جانب الشارع حيث يقطنون، كانت خمسة مدمرة تماماً وزال اثنان من الوجود.

عندما دنا المدير من شارع ايست بيرل احتجزت ساندرا ستالسميث كل أولادها في القبو. جمعتهم أمام الحائط الوحيد الذي لا تتخلله نافذة وخلف طاولة ثابتة كدست عليها جرار ملأى بالمعلبات.

شرعت، هي الحامل في الشهر الرابع، تصلّي وقلبها خافق. وحاطت لوك بذراعها اليمنى وبري باليسرى والتصقت بالجدار واقفة والطاولة امامها. القبو مظلم كئيب والاولاد يبكون.

ثم ندت ضجة زاعقة تلتها دمدمة مروعة. الألواح الخشب وجدران البيت كلها انهارت متفجرة الى الطبقة السفلى وملأتها انقاضاً. أحست ساندرا الجدار ينسحق خلف ظهرها ويدفعها ببطء في اتجاه الطاولة.

شدت جسمها الى الخلف بكل ما أوتيت من قوة وذراعاها تغمران لوك وبري. ولكن من المستحيل ايقاف تقدم الجدار. إنها الآن منحنية على نحو مضاعف، وهي ولوك منحشران عند طرف الطاولة. عنق لوك كان عالقاً، وذقن ساندرا تضغط رأسه من دون رحمة. أمكنها ان تشم شعره ورائحته المحببة. ثم أحست به يتنشق نفسين ويهدأ.

وفي لحظة يائسة لمحت بروك فجوة في الارض المتداعية. وعلى رغم ارتفاع الفجوة مترين فوقها فان بروك زحفت على الركام في اتجاه تصاعدي. وأشارت عليها ساندرا بأن تطلب النجدة. مضت عشر دقائق. وبقي الصمت سائداً.

وفيما واصل المراقب ريتشارد بومبوي استقبال رسائل لا حصر لها وبثها في المناطق المحيطة بآلبيون، كان رئيس دائرة الاطفاء هيرك شيرر يقترب من وسط البلدة. واذ بلغ شارع ايست بيرل في سبيله الى مخفر الاطفاء أصابه الذهول. بدا له كأن الشارع اختفى. الناس يركضون بين اطلال منازلهم صائحين نازفين. ستون بيتاً انهارت أو اقتلعت من اساساتها.

باشر المتطوعون من حملة الفؤوس والمناشير يرفعون الاشجار المنطرحة وأعمدة الهاتف كي يجعلوا الشوارع سالكة أمام فرق الانقاذ. وتحركت عربات الاطفاء مجازفة ببلوغ أبعد مسافة ممكنة قبل أن ينطلق المنقذون سيراً باحثين عن ناجين.

لم تعثر بروك ستالسميث على أحد يعين اسرتها، لكن المنقذين تمكنوا أخيراً من الوصول الى بيتها. جذب أحدهم بري عبر الفجوة أولا ثم انتزع زاكاري الصغير الذي كان يرتعش كورقة شجر. بعد ذلك حاول أن يرفع الألواح الخشبية فوق ساندرا ولوك. كان ذلك مستحيلا، فاضطر الى التوقف وغادر المكان وهو ينتحب راجياً ساندرا ألا تقطع الرجاء.

انقضى نصف ساعة قبل أن يصل اطفائيون آخرون. وعمد أحدهم الى رفع الارض والجدار، لكن ساندرا ولوك بقيا محتجزين قرب الطاولة. وتناول اطفائي آخر مطرقة ثقيلة مهشماً الطاولة، فتفتتت وسقطت ساندرا ولوك الصغير على الأرض فرفعهما الاطفائي خارجاً.

حاول الفريق انعاش لوك لمدة خمس دقائق، غير أن المحاولة أخفقت. وجلست ساندرا مذهولة أمام جثته.



ناجون يشقون طريقهم وسط الركام في آلبيون بولاية بنسلفانيا.

صفارات انذار

المخيم السياحي في متنزه بيماتوننغ في لينسفيل معتزل فيه شاطىء رملي تحف به اشجار صنوبر باسقة. في الخامسة والدقيقة العاشرة، اي بعد خمس دقائق من عبور الاعصار آلبيون، كان المخيمون في عطلة نهاية الاسبوع جالسين ينظرون عبر البحيرة. وما لبث ان اتجه صوبهم من حدود اوهايو خرطوم أنبوبي الشكل متلوياً كخرطوم اطفاء مضغوط. وغطس المخيمون في الماء هرباً منه.

انتزعت مضيفة المخيم روث آلان جهاز الهاتف لتنذر الناظر جين هارت في مركز المتنزه بالقرب من جايمستاون. بعد دقائق اتجه الخرطوم الملولب نحوها مباشرة. وارتفعت مقطورة آلان منقلبة كمركب تنك في العاصفة. وهي قضت حين سقطت المقطورة عليها.

وفيما هارت يستل آلة التصوير لالتقاط صور لحبات برد في حجم كرات الغولف شرعت فجأة تسقط في الريف، تلقى اتصالا هاتفياً ثانياً من أحد حراس المتنزه حذره من هبوب اعصار. ثم رأى الزوبعة العملاقة في السماء. كانت تتحرك في اتجاه جايمستاون. في تلك اللحظة سمع صفارات انذار في جايمستاون. كان صفيرها يرتفع عالياً ثم ينخفض ليعاود ارتقاء السلم الموسيقي.

وفي منتصف السلم تلاشى الصفير فجأة.

عند أطراف الدماغ الالكتروني في محطة الاحوال الجوية في اري جعل المحلل ديف بيل يراقب على شاشة الرادار ثلاث "سنارات" تشير الى الأقماع القاتلة وهي تنتقل عبر آلبيون وأتلانتيك وجايمستاون. ثم توالت التقارير. وفي ما بعد صنف الزوبعة التي عصفت بمدينة لينسفيل بدرجة "ف - ٣" وزوبعة آلبيون بدرجة "ف - ٤" وتلك التي هبت على اتلانتيك بدرجة "ف - ٤".

واذ هم تشارلز بولي وزوجته من أتلانتيك بمغادرة بلدة ميدفيل المجاورة قرابة الخامسة مساء، اكفهرت السماء. ثم على نحو مباغت سطعت الشمس ثانية. توقفا لتناول مثلجات في مطعم. وبعد دقائق دلف زبون آخر أخبرهم بهدوء: "لقد محا الاعصار مدينة في أسفل الطريق."

وثب بولي إلى سيارته، فأوصل زوجته الى بيت أصدقاء واتجه الى أتلانتيك. وحين دنا من المدينة ألفى نفسه يتفادى الأشجار وأعمدة الهاتف الساقطة. واذ اقترب رأى الانوار الملتمعة وسمع صفارات انذار سيارات الشرطة والاسعاف. في وسط المدينة لم يتبق منزل واحد. مكتب البريد اختفى. وكل الاشجار جزت من أصولها. بدا المشهد أسوأ من صور الكوارث الحربية التي رآها.

غير أن الكنيسة نجت. وكان المبنى الوحيد الذي بقي قائماً في وسط المدينة.

في نيوتن فالز على الحدود في أوهايو استشعر رجل الاعمال كلايتون ريكس شيئاً ما في الهواء. حوّل جهازه اللاسلكي الى موجة اذاعة الرصد الجوي. وفي الرابعة والربع حين بث ستيف ويس نشرة رصد الاعصار من كنساس لم يضع ريكس وقته فاندفع الى العمل. انه رئيس مصلحة السلامة العامة في نيوتن فالز وعضو في المؤسسة التطوعية، لذلك كرس نفسه مراقباً للاعصار. اتجه قاصداً دار البلدية، وللمرة المئة تقريباً خلال عشرين عاماً ارتقى السلم الحديد الى السقف مستشرفاً الافق بأناة.

ومن السطح أطل على الأرض المنبسطة غرباً. كان لون السماء مخضراً على نحو غريب، وما عدا ذلك لم يكن ثمة شيء خاص يلاحظه. بدا كأن الأمر انذار خاطىء. لكنه شهر مايو (أيار)، الشهر الذي تهب فيه الاعاصير. مكث ريكس هناك نصف ساعة ولحق به معاونه لاري سيمباك.

راقب الرجلان الموقع بصبر لمدة ساعة اضافية. ثم ازدادت السماء ظلمة وقويت الريح. في الساحة تحتهما بجانب رواق رابطة المحاربين القدامى، بدأت مجموعة من النسوة تتوافد لحضور لقاء أسبوعي. انحنت النسوة وسط الريح ودلفن الى الرواق ملوحات لريكس وسيمباك. رد ريكس تحيتهن بانذار شديد: "ثمة عاصفة مشؤومة تتشكل. إن سمعتن الصفارة انبطحن تحت الطاولات أو اهرعن الى الطبقة السفلى."

ابتسمن له وقصدن الرواق وكان عددهن يقارب المئة والخمسين. وما لبث أحد الكلاب ان شرع ينبح بشدة، ولاحت من بعيد سحابة سوداء كبيرة. سحابة كهذه، بمفردها، تدل على هبوب ريح عنيفة

تسقط الأشجار. غادر سيمباك المكان ليحضر منشاره ذا السلاسل، احتياطاً.

بعد دقائق أدرك ريكس ان اعصاراً عملاقاً آت مباشرة في اتجاه وسط البلدة. سيتضح له في ما بعد انه بدرجة "ف - ٥".

أذاع برقية الى الشرطة: "أطلقوا الصفارات واختبئوا."

محتجزون وسط الهشيم

انعطف القمع بشذوذ في شارع فورت ثم قصد مباشرة حيث وقف ريكس مراقباً. اندفع ريكس الى الفتحة الصغيرة في السقف منزلقاً على السلم الحديد وقدماه تكادان لا تلامسان الدرجات. بدأ المبنى القرميدي المتين يهتز. وعلى سلم الطبقة السفلى كاد ريكس أن يصطدم برجال الشرطة الذين هبطوا الى القبو ثم سحبهم امتصاص العاصفة الى الدرجات السفلى.

حين دوت الصفارات في رواق رابطة المحاربين الأمريكيين القدامى أسرعت النسوة الى الاختباء تحت الطاولة متكومات احداهن فوق الأخرى.

تعالى هدير الاعصار وشرع السقف يتداعى. ولمدة عشر دقائق انكمشت النساء مرتعدات تحت الطاولات.

تعاقب لامتناه من الانذارات بعواصف شديدة أصدرتها محطات الارصاد في اري وكليفلاند وبتسبرغ. كثير منها لم يُفهم أو أسيء فهمه. قلائل من الناس في نايلز بأوهايو يتنبهون الى النشرات الجوية. وحسبما علق أحد المقيمين في ما بعد: "نحن نتلقى بلاغات دائمة عن حال الطقس. ولا أظن أن أحداً استوقفه الأمر."

الاطفائي جين كروكيت جالس في مكتبه بجانب القبو حيث تحفظ محركات الاطفاء في محطة الاطفاء الثانية. وكان منهمكاً في مراجعة التقارير والمقالات حين سمع ما خاله طوافة تحلق على علو منخفض. سار الهوينى الى المدخل مستوضحاً نوع الطائرة الآتية. وانضم إليه الاطفائي المناوب رون رينالدي. واذ رمق الاثنان الجنوب الغربي شاهدا في البعيد ما لاح لهما كموجة مدّية بحرية تندفع إليهما مدوّمة. كانت الموجة كثيفة برميلية الشكل. وبدا كأن طبقة من الحصى تدور من الداخل والخارج حول قطر القمع البالغ ٤٠٠ متر. ولكن اذ دوّم القمع عن قرب أدركا أن "الحصى" هي قطع خشبية ضخمة وألواح معدنية تلتوي في الهواء. وتبدلت الضوضاء من صوت طوافة الى قطارات هادرة. تشبث الرجلان بخوذتيهما وجريا للاختباء.

عندما همدت الجلبة برز كروكيت ورينالدي بحذر من المبنى. كان مخفر الاطفاء سليماً ما عدا النوافذ والسقف. لكن قمع الاعصار ألقى سيارة اطفاء في الدرب، وقد اخترق لوح خشب احدى عجلتيها الاماميتين وغطتها بقايا الاشجار الساقطة مما جعل اخراج آلات الاطفاء منها متعذراً.

الصفارات تدوي. المذياع في السيارة المنكوبة يزعق ببرقيات متداخلة. إحداها ترتفع جلية: مخزن المواد الغذائية هشيم. الغاز يتسرب. الناس محتجزون. اختطف كروكيت ورينالدي فؤوساً وأدوات أخرى وانطلقا صوب المخزن. هناك عثرا

على طفلة حرراها من الركام ثم أعانا سواها واتجها الى السوق في ساحة متنزه نايلز التي تبعد كيلومترين ونصف كيلومتر. لم يبق من السوق سوى انقاض. وثمة امرأة مطروحة بين الركام تشدها الى الأرض خشبة من عمود الهاتف. وأخرى انتزعت فروة رأسها. وبلغت حصيلة القتلى في نايلز تسعة.

في غضون ذلك اتجه الاعصار مستجمعاً زخمه الى الشرق صوب ويتلاند على بعد ٥٠ كيلومتراً وقد بلغ اتساعه حوالى ٥٠٠ متر. ومع ذلك فإن الجو في ويتلاند أخذ يصفو، وكان الناس هادئين وفي ظنهم أن العواصف مرت.

عيون مذهولة

هيلين دوبي رئيسة بلدية ويتلاند، تعيش مع زوجها في ربوة مشرفة على البلدة. إنها امرأة لبقة محبوبة محترمة تتصف بقوة ساكنة رزينة. قرابة السابعة من ذلك المساء جلست الى آلة الخياطة في بيتها. فتناهى الى سمعها نقر خفيف لحبات برد على الشبابيك، تلاه هدير طائرات نفاثة.

قالت: "اني لأعجب من أين أتت كل هذه الطائرات!"

فرد زوجها مطلا من النافذة: "هذه ليست طائرات." واسودت السماء بغتة فأضاف: "إنه إعصار!"

هرعا الى القبو. وصاحت رئيسة البلدية وهي تنظر الى البلدة بعد دقائق من رحيل الاعصار: "لقد امحت ويتلاند!"

بدت البلدة من مدخل بيتها وكأن محدلة بخارية طحنتها. لم تبقَ ثمة معالم تستطيع استقراءها ولا شوارع ولا أعمدة هاتف ولا منازل. المصانع سُطّحت مما جعل تمييزها مستحيلا. فجأة صفت السماء فغدت زرقاء.

استحوذ على رئيسة البلدية شعور بزيف الاشياء. منزلها لم يصب بأذى. كيف يمكن ان تتحول بلدة باجمعها أنقاضاً في ثوان؟

ركبت سيارتها وكأنها في غيبوبة، وشرعت تنحدر الى وسط البلدة. وعلى نحو مماثل للجماعات التي يصيبها بلاء كان الناس يمشون بذهول، كجثث بها رمق من حياة. هتف لها بعضهم باضطراب. وتعالى نحيب وصراخ من المطمورين تحت منازلهم. كبحت رئيسة البلدية عواطف الأسى التي تملكتها: ليس مسموحاً ان أظهر عواطفي، ساعدني يا الله.

بحلول السابعة والنصف مساء شقت أربع زوابع قاتلة طريقها شرقاً من أوهايو عبر بنسلفانيا. واندس اعصار في جوف خلية عملاقة. وبعيد الثامنة اندفع فجأة في بيفر فالز وضرب غابة اليغين الوطنية ومضى يمضغ ما يلقاه في مسار مستقيم عبر الغابات التي بدت كأن جزازة آلية جبارة حصدتها دائرياً.

ختاماً قرابة الحادية عشرة والنصف ليلا، تبددت العواصف. وفي الظلام بدأ الهواء الدافىء الندي في الخلايا العملاقة يبرد، وتباطأ اندفاع الهواء المتقلب الى أعلى.

مساحة ٣٤ ألفاً و٣٠٠ كيلومتر مربع ترنحت تحت تأثير خمسة أعاصير فتاكة. وتم احصاء ٣٦ اعصاراً أخرى توازيها فتكاً، بما فيها أعاصير عدة في

ولاية نيويورك وفي اونتاريو بكندا.

الأمر المثير للسخرية هو ورود المعلومات متأخرة الى المركز الوطني لرصد العواصف الشديدة في كنساس. وقد وصلت الانباء مجزأة الى هذه المدينة عبر البرقيات. أما العدد الاجمالي للضحايا ففير مؤكد: آلبيون ١٢ قتيلا و٨٢ جريحاً، أتلانتيك ٢٣ قتيلا و١٢٥ جريحاً، ويتلاند ٧ قتلى و٦٠ جريحاً، بيفر فالز ٩ قتلى و١٢٠ جريحاً، نايلز ٩ قتلى و٢٥٠ جريحاً.

وتبين ان حسابات ستيف ويس الجغرافية كانت فائقة الدقة على نحو عجيب. فقد شمل الخراب الامكنة نفسها التي حددها في توقعاته.

تقدير الاضرار

في هذه الاثناء، فيما أوستبي يراجع التقارير الواردة، مضت المدن التي رزحت تحت وطأة الاعاصير تحاول التغلب على مصابها. وتكررت المشاهد ذاتها من آلبيون الى بيفر فالز.

المولدات النقالة المزودة مصابيح كاشفة تكتسح المنازل والمباني التي يصعب التعرف إليها. الأصدقاء والأقارب يائسون يبحثون عن مفقودين. الصفارات تعول. سيارات الاسعاف والشرطة تتلوى بين الأشجار الساقطة والأعمدة والمنازل القابعة وسط الشارع. المناشير ذات السلاسل تئن. الكلاب والقطط هائمة تبحث عن بيوت لم تعد موجودة.

كل مواطن سليم وقادر ساهم في الانقاذ وإزالة الركام وتقديم الطعام الى فرق العمل. واستنفر الحرس الوطني الامريكي وأرسل الى أواسط المدن بمواكبة الشرطة وفرق الاطفاء والكوارث والاسعاف وعناصر تابعة لادارات الطرق ومؤسسات الخدمات العامة.

ومرت بضعة أيام قبل تحديد الجزية النهائية من قتلى وجرحى ودمار. ووفقاً لاحصاء في كندا كانت الحصيلة ٨٨ قتيلا وما يزيد على ألف جريح. وفي بنسلفانيا كان أثر العواصف رهيباً لم يسبقه مثيل. فثمة ٦٥ قتيلا، أي اكثر من مجموع ضحايا الاعاصير المسجلة في تلك الولاية منذ العام ١٩١٦. وثمة ١٣٠٠ منزل مطموسة وما يربو على ٥٠٠ أخرى لحقها ضرر جسيم. وفضلا عن الصناعات المدمرة زادت خسائر الولاية على ربع مليار دولار.

وذهل الرسميون لقوة الزوابع وهم يشرعون في تقدير الأضرار. ففي نايلز طارت ثلاثة صهاريج عملاقة لخزن الغاز، يزن كل منها ٣٤ ألف كيلوغرام، وسحقت كأكواب من ورق وقذفت عبر أحد الشوارع. وفي ويتلاند كانت سطوح الفولاذ المتموج لعدة مصانع متجعدة حول الاشجار والأعمدة والبيوت والاسيجة وكأنها طائرت محطمة.

وحلّقت ثلّاجة آل سنوغراس مسافة ٤٠٠ متر وانتهى بها المطاف على سطح أحد المصارف. واختفى كلب أوثقه صاحبه الى شجرة باختفاء الشجرة حين ثار الاعصار. وبعد ثلاثة أيام عثر عليه حي في أحد الحقول مربوطا الى جزء من جذع الشجرة المهشمة!

العناوين الرئيسية التي تبدت لعيون مواطني المنطقة يوم السبت ١ يونيو (حزيران) كانت مروعة: الزوابع محقت منطقة بكاملها. أعداد من القتلى ومئات

الجرحى. ولكن كانت ثمة رؤى ملهمة. فعند بزوغ فجر ذلك اليوم شوهدت ظلال قافلة من العربات متجهة صوب جايمستاون وأتلانتيك. مقطورات وحافلات وسيارات تكدست داخلها أطعمة وأدوات وملابس. مزارعو الآميش والمينونيت الشديدو البأس يهرعون لمعونة من يحتاج الى مساعدة. إنهم مثال حي على اندفاع جميع الناس المهتمين متفانين لاعانة ضحايا الكارثة.

غرباء وأقارب

عم الكرم والسخاء. فابتكرت شركة نشر الصحف في اري شبكة ضخمة لتوزيع الغذاء بمعونة التجار المحليين. واضطلعت بمهمات دار المقاصة فواءمت بين عروض الاسكان المجاني وحاجات المهجرين. وظهرت أبواب صحافية مرفقة ببيانات مثل:

- توماس كوفمان، ٦٣٦ شارع بنسون، وترفورد، لديه سرير في منزل وعربة مقطورة للتخييم تتسع لثمانية اشخاص.
- جاك ستنسون، ٥٥٧٥ شارع ميهل، يعرض مأوى ولديه مكان للدواب والماشية.

تدفق الاعانات غزير حيثما كان. إحدى شركات الأغذية حزمت شاحناتها بالأطعمة ووجهتها الى البلدات المنكوبة. حوانيت البقالة ومطاعم الوجبات السريعة ومحلات الخردة أخلت رفوفها من البضائع. وفتحت الفنادق أبوابها لايواء المشردين. كذلك المدارس والمباني الحكومية والكنائس. ووجهت البلدات المجاورة نداء للمساعدة.

قال أحدهم: "لقد انبثق موقف ايجابي تجاه الفاجعة لم أره قبلا."

والواقع أن هناك اختلافات عقائدية بين جماعتي الآميش والمينونيت. فالآميش يتمسكون بالأعراف والتقاليد القديمة، ويصرون على ألا يطغى المادي على الروحي، فيما تتقبل جماعة المينونيت وسائل رفاه العالم المعاصر بتحرر اكبر. لكن كلتا الجماعتين تتفانيان في الاستجابة لنداء بني البشر بصرف النظر عن عقائدهم.

قافلة العربات شقت سبيلها في اتجاه أتلانتيك صبيحة يوم السبت برعاية مصلحة الكوارث التابعة للمانونيت، وهي منظمة انشئت لمساعدة الناس في ارجاء الولايات المتحدة وكندا حين تحل الفواجع. وفي النشرة التي توزعها تلك المصلحة حين تنزل عند جماعة ما: "قد نكون غرباء عنكم لكنكم جيراننا. قد لا نقدّر خسارتكم حق قدرها، لكنا نود أن نساهم في تحمل العبء معكم. كلنا رغبة في مد يد العون اذا أمكن ذلك."

أشرقت شمس السبت في أتلانتيك على جماعة الآميش الملتحين معتمرين قبعاتهم القش الغريضة ومرتدين سراويل قديمة الطراز وهم ينتقلون من مزرعة الى اخرى حاملين المناشير والعتلات والمطارق. قال أحد المتطوعين: "الناس هاهنا لم يعلموا بمجيئنا. نحن لا نريد الا المساعدة في ترتيب الفوضى التي حصلت."

حافلات أقلت نحوا من ٨٠٠ متطوع الى المناطق المنكوبة في بنسلفانيا وأوهايو، فراحوا يرفعون دعامات ويدكّون

أخرى، وهم ينشرون الاخشاب ويكومونها ويعدون النفايات لنقلها بعربات اليد قبل الانتقال الى بلدة أخرى.

"ممض"

مسارات الاعاصير تحدث أحافير في المناظر الطبيعية، وهي ندوب بشعة قد تبلغ ثلاثة كيلومترات عرضاً و٨٠ كيلومتراً طولا. وتخلف ايضاً ندوباً نفسية ليس فقط في الذين تهاجمهم بضراوة ولكن أيضاً في الذين لم يصابوا بأذى.

في نيوتن فالز كانت كارولين سيمباك زوجة معاون رئيس مصلحة السلامة العامة تشعر بالذنب على نحو غريب. فمنزلها اصيب بأضرار طفيفة فيما امحت بيوت عدد من جيرانها. والعلامة الأخرى التي لاحظتها بعد انقضاء العاصفة هي جزعها من اي مطر او ريح او سحابة تظهر فجأة. وكان خوفها يزداد كلما حاولت ضبطه.

في آلبيون كان المحرر بوب ماكليموندز في صراع مع عواطفه أيضاً. فقد رحلت الرياح الدوامة ولم تمس منزله وأسرته بأذى، كما أنها أخطأت مبنى صحيفة "الأخبار" بأمتار. واذ أدرك ان صحبه وجيرانه فقدوا من يحبون، عسر عليه أن يجلس الى آلته الكاتبة. ومثل كثير من الناجين شعر بانزعاج ممضّ هو "إثم الاعصار."

ولاحظت مساعدته المحررة فيكي كانفيلد بيترز انها ما إن تشرع في

عناصر من الحرس الوطني يساعدون منكوبي آلبيون.



AP / Wide World Photos

طباعة أخبار النعي حتى تجهش بالبكاء. وبدأت تعاني ارقاً وفقدان شهية. ومرت أوقات أحست أنها تشارف الجنون. وحين أجرت مقابلة مع المستشار الصحي جيري اردلي فُرِّج عنها اذ علمت أن ردود افعالها طبيعية بعد مأساة كهذه.

وشجع الاطباء النفسيون الناس على التحدث عن تجاربهم ما استطاعوا ذلك. ونصح بأسلوب المحادثة مع الاطفال. وبذلت ساندرا ستالسميث وسعها لكتم حزنها بعد وفاة ابنها لوك. وراقبت أولادها الآخرين بعناية بحثاً عن آثار ما بعد الصدمة أو أمارات الكآبة.

لوهلة بدا أنهم غير متأثرين بالحادث. لكنها ذات يوم وجدت زاكاري منتحباً تحت ملاءته وهو يقول انه راغب في رجوع لوك. وانفجرت ابنتها بروك باكية حين كانت تتصفح صور العائلة. لم تبك بري (٩ اعوام) قط، لكنها عند أول علامة لهبوب عاصفة بدأت ترتعد بقوة. حتى الصغرى برايس أشارت الى السماء قائلة: "لقد ذهب لوك."

ساهم تدفق المعونات في تلطيف آلام ضحايا الاعصار. كما أن حضور أطراف خارجية كالحرس الوطني وشرطة الولاية والصليب الأحمر أضفى شعوراً نفسيا بالأمان. ولكن في نهاية المطاف، كان ثبات سكان المدينة هو ما جعلهم يجتازون المحنة.

كانت الشجاعة بادية في كل مجموعة. علقت الاعلام على الأعمدة في اكوام الركام التي كانت بيوتاً في ما مضى. اللافتات التي كتبت فيها كلمات بالدهان عكست سهولة تكيف الناس. وقد صيغ بعضها بروح دعابة ساخرة: "منزل رخيص برسم البيع" و"نبيع أدوات منزلية مستعملة بحسم ١٠٠ في المئة." ولافتات أخرى صريحة: "جميع الناس مهمون هنا." وبعضها موحٍ: "يا سكان آلبيون... ثابروا... نحن نحبكم."

وتجلت قوة أعصاب الناس في بيتر ستيبنسكي أحد سكان آلبيون منذ ٣٣ عاماً. كانت شقيقته تسكن في مقطورة في الشارع الواقع خلف مقطورته. وهي قضت عندما انفجرت المقطورة في الاعصار. واذ سئل ستيبنسكي هل سيرحل وأسرته عن البلدة المدمرة أجاب: "لن نذهب الى اي مكان." ثم نبش ركام قاطرته فعثر على بذلة حسنة المظهر ارتداها وتوجه لحضور مأتم شقيقته.

وقد أفصح بوب ماكليموندز عن هذا الشعور في صحيفته حيث كتب:

"في الساعة ٥،١٥ ليل ٣١ مايو (أيار) قضى ١٢ مواطناً من جماعتنا في الثواني المعدودة التي أمضاها الاعصار مكتسحاً آلبيون. وقد تلاشى ثلث المنازل تقريباً.

"بلدتنا الصغيرة تلقت اصابة بالغة. الجرح عميق ومؤلم، لكنه غير مميت. فروح الجماعة لا تقصر عن الاعاجيب.

"ستعود بلدتنا، وسننهض."

جون فولر



لا تبدو الحياة خادعة أو خائنة للرجل المدرك الموهوب، فهو بارع في التكيف معها.

ج٠م٠

مجلة المتعة الدائمة

- "المختار" مجلة مريحة ومتفائلة، تسلّي من غير تجهيل وتثقّف من غير وعظ وتفيد من غير اضجار.
- "المختار" لافراد عائلتك مجلة انيقة لا يعترض تهذيبها حاجز.
- "المختار" تزيد معارفك وتوسّع آفاقك وتغنيك عن مطالعة عشرات الكتب والمجلات.

للاشتراك في "المختار" املأ القسيمة بخط واضح بالعربية أو الاجنبية، وارسلها بالبريد الجوي المسجّل (المضمون) مرفقة بشيك مسحوب على مصرف في نيويورك باسم "المختار من ريدرز دايجست" بقيمة ١٨ دولاراً امريكياً هو بدل الاشتراك في ١٢ عدداً من المجلة لمدة سنة، الى احد العنوانين الآتيين:

Bank Almashrek S.A.L.
P.O. Box 1524
Beirut — Lebanon

بنك المشرق ش.م.ل.
ص.ب. ١٥٢٤
بيروت - لبنان.

Allied Business Bank S.A.L.
P.O.Box 113-7165
Beirut — Lebanon

البنك المتحد للأعمال ش.م.ل.
ص.ب. ٧١٦٥ - ١١٣
بيروت - لبنان.

قسيمة اشتراك

الاسم ______ Name

______

العنوان ______ Address

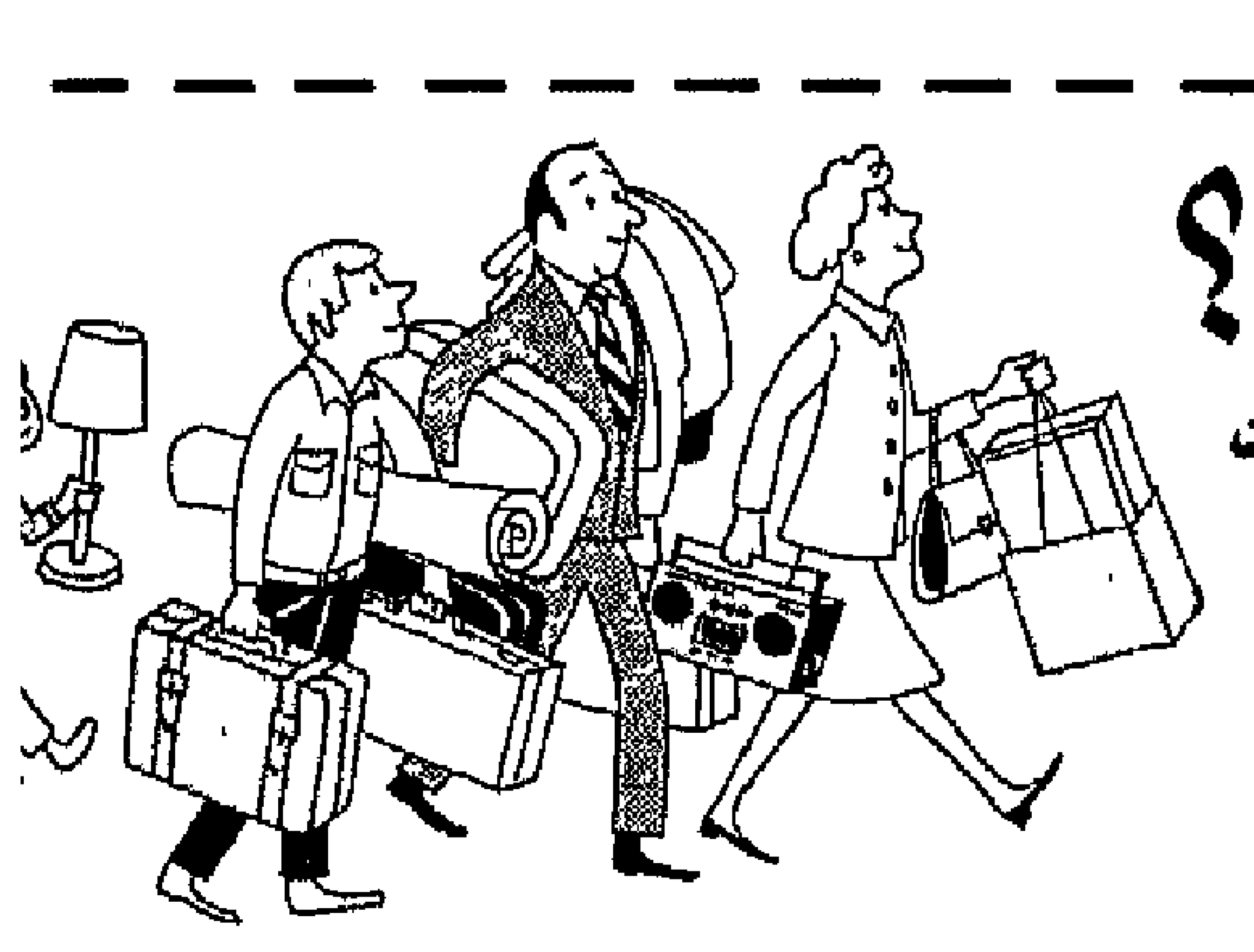
______

المهنة ______ Profession

التاريخ ______ Date

التوقيع ______ Signature

الرجاء وضع العبارة الآتية على غلاف الرسالة:
اشتراك في مجلة "المختار"



هل تغيّر عنوانك؟

املأ هذه القسيمة وارسلها الى قسم الاشتراكات
في "المختار" على العنوان الآتي:
مجلة المختار من "ريدرز دايجست"
شارع المقدسي، بناية الشرتوني
ص.ب ٨٧٠٧ بيروت – لبنان.

Name ______________________ الاسم

New Address ______________________ العنوان الجديد

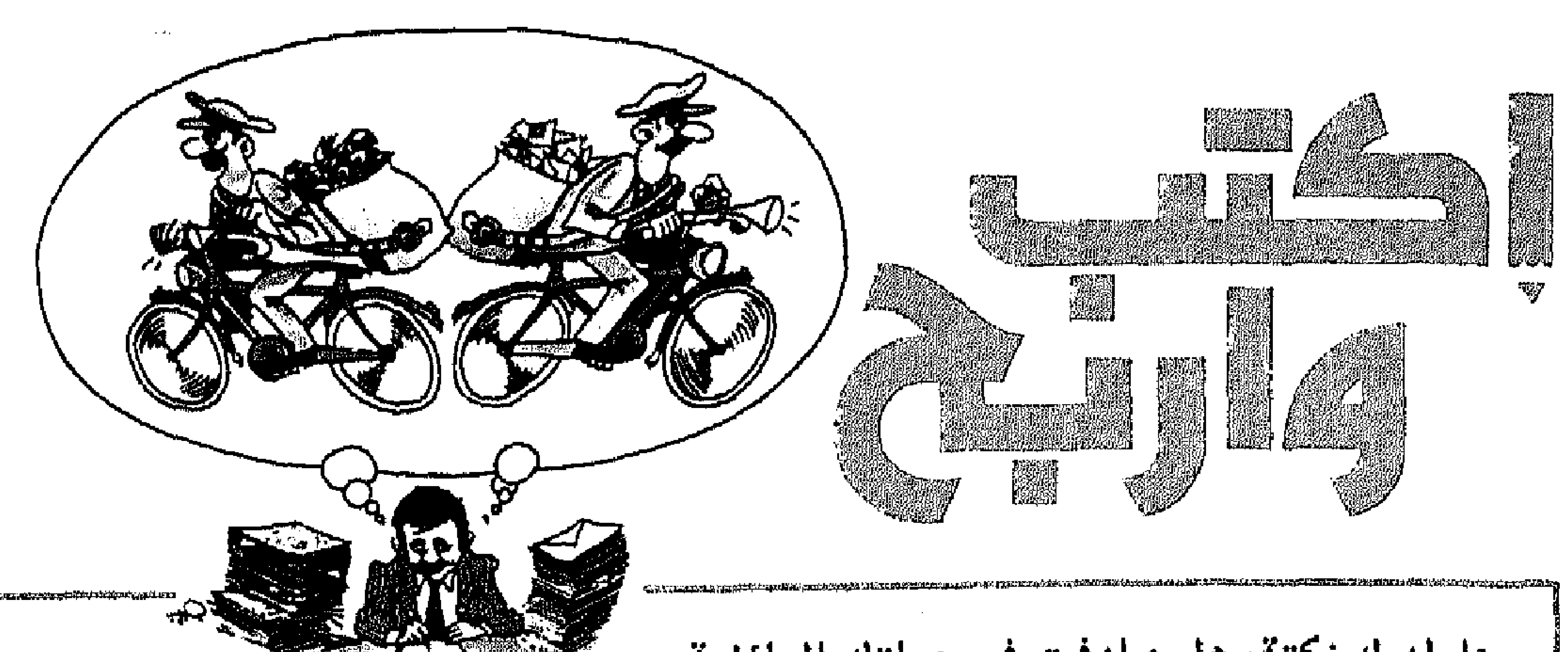
____

Date ______________________ التاريخ

Subscription N° ______________________ رقم الاشتراك

Signature ______________ التوقيع

اكتب واربح



هل لديك نكتة، هل صادفت في حياتك العائلية او المهنية حادثا طريفا، هل سمعت حكاية ذات مغزى وترغب في ان تشرك الآخرين في متعتها؟ خذ قلما وورقة واكتب ما لديك وارسله الى "المختار" فتدفع لك المجلة في المقابل، بعد النشر، حسب المعدلات الآتية:

صور من الحياة: القصة يجب ان تكون حقيقية تتحدث عن تجربة شخصية ناجحة ذات متعة خاصة. تدفع عن القصة الواحدة ٢٥ دولاراً.

الضحك خير دواء: تفضل النكتة الاصلية، اما اذا كانت منشورة فيجب ان تختار من المطبوعات المحلية ذات الانتشار المحدود. تدفع ٢٥ دولاراً عن الاصلية و١٠ عن المنشورة.

تأملات معاصرة: مقاطع اصلية او من كتب ومقالات منشورة تنطوي على مغاز حكمية. يدفع دولار عن كل سطرين.

حديقة افكار: أقوال مأثورة للاعلام العرب. تدفع ٥ دولارات عن كل سطرين، على الا يتجاوز القول المأثور السطرين.

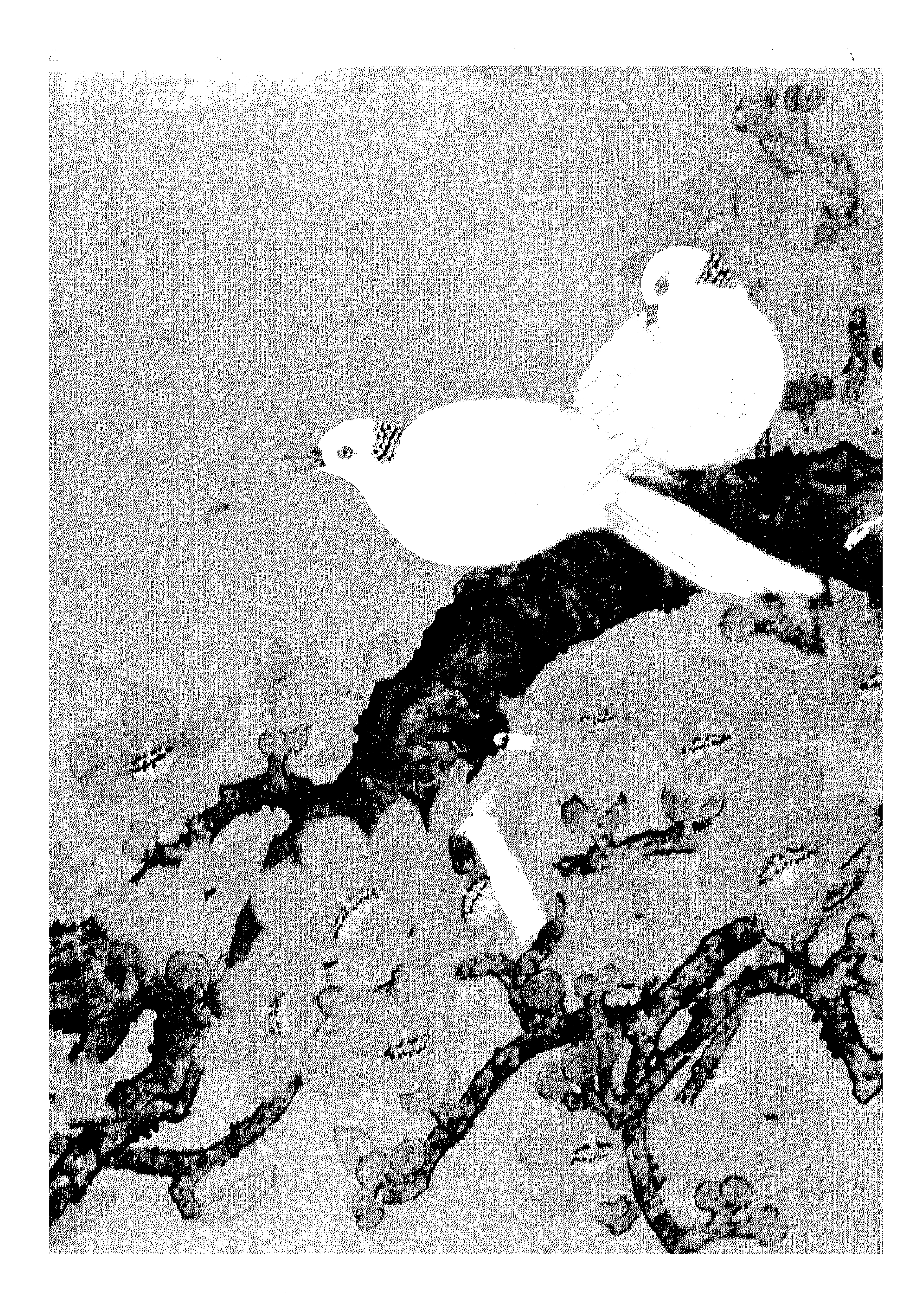
السدات: هناك نكات ونوادر قصيرة من مصادر مطبوعة مثل الكتب والمجلات ذات الانتشار المحدود. وهذه كذلك يرحب بها "المختار" ويدفع دولارين عن السطر ذي العمودين.

المقالات: يرحب "المختار" بالمقالات التي تتحدث عن تجارب شخصية مر بها آخرون معروفون من القراء مع ذكر الاسماء والوقائع والمراجع. يدفع ٢٥٠ دولاراً عن الموضوع الذي ينشر في المجلة.

الشروط

- كتابة الرسائل بخط واضح، والا طبعها على الآلة الكاتبة.
- كتابة مادة كل باب على ورقة منفردة.
- في حال ورود مادتين متشابهتين من قارئين مختلفين ينظر في المادة التي تصل اولا، حسب خاتم البريد.
- ذكر المصدر العربي شرط اساسي لقبول اي مادة. ونعني بالمصدر، خصوصا في "حديقة افكار"، الكتاب الذي نُقل عنه: اسم الكتاب، اسم المؤلف، تاريخ النشر، الصفحة او نسخة مصورة اذا امكن.
- تحاشي المواد المترجمة او المستقاة من مصادر اجنبية.
- لا تعاد النصوص الى اصحابها، سواء نشرت او لم تنشر.

توجه الرسائل الى العنوان الآتي: مجلة "المختار من ريدرز دايجست"، مركز ميرنا شالوحي، بولفار سن الفيل، ص.ب ٥٥٢٤٨، المتن الشمالي، لبنان.



لوحة صينية، للرسام تشانغ كاي - تشيه